This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

+ *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.

+ *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.

+ *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.

+ *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at `http://books.google.com/`

Über dieses Buch

Dies ist ein digitales Exemplar eines Buches, das seit Generationen in den Regalen der Bibliotheken aufbewahrt wurde, bevor es von Google im Rahmen eines Projekts, mit dem die Bücher dieser Welt online verfügbar gemacht werden sollen, sorgfältig gescannt wurde.

Das Buch hat das Urheberrecht überdauert und kann nun öffentlich zugänglich gemacht werden. Ein öffentlich zugängliches Buch ist ein Buch, das niemals Urheberrechten unterlag oder bei dem die Schutzfrist des Urheberrechts abgelaufen ist. Ob ein Buch öffentlich zugänglich ist, kann von Land zu Land unterschiedlich sein. Öffentlich zugängliche Bücher sind unser Tor zur Vergangenheit und stellen ein geschichtliches, kulturelles und wissenschaftliches Vermögen dar, das häufig nur schwierig zu entdecken ist.

Gebrauchsspuren, Anmerkungen und andere Randbemerkungen, die im Originalband enthalten sind, finden sich auch in dieser Datei – eine Erinnerung an die lange Reise, die das Buch vom Verleger zu einer Bibliothek und weiter zu Ihnen hinter sich gebracht hat.

Nutzungsrichtlinien

Google ist stolz, mit Bibliotheken in partnerschaftlicher Zusammenarbeit öffentlich zugängliches Material zu digitalisieren und einer breiten Masse zugänglich zu machen. Öffentlich zugängliche Bücher gehören der Öffentlichkeit, und wir sind nur ihre Hüter. Nichtsdestotrotz ist diese Arbeit kostspielig. Um diese Ressource weiterhin zur Verfügung stellen zu können, haben wir Schritte unternommen, um den Missbrauch durch kommerzielle Parteien zu verhindern. Dazu gehören technische Einschränkungen für automatisierte Abfragen.

Wir bitten Sie um Einhaltung folgender Richtlinien:

+ *Nutzung der Dateien zu nichtkommerziellen Zwecken* Wir haben Google Buchsuche für Endanwender konzipiert und möchten, dass Sie diese Dateien nur für persönliche, nichtkommerzielle Zwecke verwenden.

+ *Keine automatisierten Abfragen* Senden Sie keine automatisierten Abfragen irgendwelcher Art an das Google-System. Wenn Sie Recherchen über maschinelle Übersetzung, optische Zeichenerkennung oder andere Bereiche durchführen, in denen der Zugang zu Text in großen Mengen nützlich ist, wenden Sie sich bitte an uns. Wir fördern die Nutzung des öffentlich zugänglichen Materials für diese Zwecke und können Ihnen unter Umständen helfen.

+ *Beibehaltung von Google-Markenelementen* Das "Wasserzeichen" von Google, das Sie in jeder Datei finden, ist wichtig zur Information über dieses Projekt und hilft den Anwendern weiteres Material über Google Buchsuche zu finden. Bitte entfernen Sie das Wasserzeichen nicht.

+ *Bewegen Sie sich innerhalb der Legalität* Unabhängig von Ihrem Verwendungszweck müssen Sie sich Ihrer Verantwortung bewusst sein, sicherzustellen, dass Ihre Nutzung legal ist. Gehen Sie nicht davon aus, dass ein Buch, das nach unserem Dafürhalten für Nutzer in den USA öffentlich zugänglich ist, auch für Nutzer in anderen Ländern öffentlich zugänglich ist. Ob ein Buch noch dem Urheberrecht unterliegt, ist von Land zu Land verschieden. Wir können keine Beratung leisten, ob eine bestimmte Nutzung eines bestimmten Buches gesetzlich zulässig ist. Gehen Sie nicht davon aus, dass das Erscheinen eines Buchs in Google Buchsuche bedeutet, dass es in jeder Form und überall auf der Welt verwendet werden kann. Eine Urheberrechtsverletzung kann schwerwiegende Folgen haben.

Über Google Buchsuche

Das Ziel von Google besteht darin, die weltweiten Informationen zu organisieren und allgemein nutzbar und zugänglich zu machen. Google Buchsuche hilft Lesern dabei, die Bücher dieser Welt zu entdecken, und unterstützt Autoren und Verleger dabei, neue Zielgruppen zu erreichen. Den gesamten Buchtext können Sie im Internet unter `http://books.google.com` durchsuchen.

BOSTON
MEDICAL LIBRARY
8 THE FENWAY

Digitized by Google

Digitized by Google

Digitized by Google

Schweizerische Blätter

für

Gesundheitspflege

und

Korrespondenzblätter für Ortsgesundheitskommissionen.

19558

Dem Schweizervolke gewidmet

von

der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redigiert

von

Med. Dr. Gustav Custer,
prakt. Arzt in Zürich.

Neue Folge. XV. Jahrgang.
1900.

Zürich,
Verlag von Th. Schröter.

Digitized by Google

MEDICAL
MAR 18 1921
LIBRARY
CAT.
M.E.C.

Inhalts-Verzeichnis.

	Seite
Abstinenz von geistigen Getränken oder Mäßigkeit bei Studenten	63
Alkohol als Hindernis der Akklimatisation der Europäer in den Tropen	255
Alkohol und Jugend	153
Alkoholfreien Volkshauses in Zürich, Projekt eines	141
Alkoholische Geistesstörungen, zur Verbreitung der, in der Schweiz	86
Arbeit erhält gesund	37, 290
Arbeit, Sprüche über	89
Arbeiterinnenschutz	38
Arbeitskraft, Quellen der menschlichen	277
Augen, über Reinhaltung der, durch Waschungen	283
Ausschluß geistiger Getränke aus Irrenanstalten	59
Automobilverbot im Kanton Graubünden	209
Baden, zu kaltes, gesundheitsgefährlich!	189
Bakteriologie, Bedeutung der, für Krankenpflege und tägl. Leben	231
Barbiere und Friseure, gegen die Verbreitung ansteckender Krankheiten durch	205
Bergkrankheit	143
Bewegungsscheu, gegen ungesunde junger Leute	70
Blutvergiftung	286
Bücher, Uebertragung ansteckender Krankheiten durch	18
Davoser Klima, über das	243
Desinfektionsgesetz für Davos	166
Deutschen Vereins, des, für öffentliche Gesundheitspflege, XXV. Jahresversammlung	190
Eiereiweißwasser	168
Eingebildete Kranke, der	168
Ergebung	101
Erste Hilfe bei plötzlichen Unglücksfällen nach dem Bundesgesetz für Kranken- und Unfallversicherung	105
Erste Hilfe für vom elektr. Strom Verletzte	85
Erste Hilfe gegen Verbrennungen	93
Falsche Sparsamkeit bezügl. Gesundheitspflege	16
Frühaufstehens, die gesundheitliche Bedeutung des	77
Fußschweiß, Pulver gegen	185
Geheimmittel, medizin. und Spezialitäten	33
Gehorsamer Patient	206
Gemeindegesundheitswesens, zur Förderung des	229
Geschlechtskrankheiten, zur Verhütung der ansteckenden	225
Gesichtsschleier, Schädlichkeit des	62
Gesundheitsgoldkörner	113
Gesundheitspflege in den Kurorten	113
Gesundheitspflege von Schülern, Ratschläge für	157
Gesundheitsregeln der medizin. Schule zu Salerno	65
Gesundheitstrinken, zu viel	53
Gewerbeinspektorinnen zur Förderung des schweiz. Gewerbegesundheitswesens	267
Gewohnheiten, gute	20
Giftschlangen in der Schweiz	167
Glück, das, des Weisen	7
Hausaufgaben der Schüler bei Dämmerlicht	25
Hausaufgaben, gesundheitsgemäßes Sitzen bei	184
Haushaltungslehrerinnen-Seminare	96
Hungersnöte zur Geschichte der	182
Insektenstift	162
Jugend, ewige	1
Kadettenwesen, eine gesunde Leibesübung	256
Kinderbibliothek in einem Park	220
Kindermilch	249
Kinderkrippen, diegesundheitliche Bedeutung der	13
Kinderschutz	67
Kinderspitals, Aufruf zum Ausbau des, in Zürich	129
Kleiderpflege, guter Rat hinsichtlich	82
Kleiderschleppen, zum Kampf gegen die	160
Kochunterricht in den Volksschulen	220
Körperl. Erziehung der Jugend, über die	261
Körperstrafe, zur Frage der, in den Schulen	201
Kraftsprüche für den Lebensweg im neuen Jahr	2
Krankenheil, aber auch für Gesunde zum Heil	4
Krankenpflege, gemütvolle	15
Krankheiten, wie verhütet man?	252
Kreuzotterngiftes, Wirkung des	208
Kurpfuscherei, Müsterchen von	284
Lebenselixir-Tropfen	36, 289
Lebensmittelgesetzgebung, eidgenössische	130
Lebensregel	41
Leben, was heißt?	177

Digitized by Google

	Seite
Leibesübung und Verdauung	266
Leichenverbrennung, Fortschritte der	50
Magermilch, Nährwert der	19
Mahnung eines Säufers an einen Wirt	19
Mädchenturnen	203
Medizinalschwindel	241
Milch, gesunde, für Stadtbewohner	115
Milch anstatt Bier als Volksgetränk	56
Mietskaserne oder Eigenhaus für Fabrikarbeiter?	228
Monatsberichte über den Gesundheitszustand 20, 46, 71, 107, 118, 146, 171, 197, 217, 242, 269,	293
Moralischen Gesundheitspflege, zur	44
Morgengruß, des neuen Jahres	1
Mund zu!	19
Nervengesundheitspflege, zur, in Städten	131
Nervenkrankheit und Lektüre	132
Obstverwertung	183
Ohrkrankheiten, zur Verhütung der	281
Organisation der ersten Hilfe im Eisenbahnverkehr	292
Pest	208
Pest, Opfer der	134
Pferdefleisch als Volksnahrungsmittel	8
Pferdefleischessen	185
Pinkpillen, Verbot der, als Geheimmittel	86
Polizeistunde, Einführung der, auch für Städte nötig	83
Radfahrens, die Gefahren des, für Knaben und Mädchen unter 16 Jahren	85
Rasierstuben, Gesundheitsschutz in den	60
Rationelle Gesundheitspflege in der Volksschule	132
Rauchverzehrer für Lokomotiven	220
Réaumur'schen Thermometers, Ende des	273
Reichtum allein macht nicht glücklich, aber Arbeit erhält gesund	37
Reinlichkeit	154
Rindfleischthee	160
Samariterwesens, Beschränkung des	296
Sauberkeit, größere, im Kleinvertrieb von Nahrungsmitteln. Preisausschreiben für	133
Säuglingsernährung, Nahrungspausen in der	205
Sei gesund!	45
Schädigung der Kinder durch Alkohol	289
Schenkwirt, ein gestrenger	20
Schlafbedürfnis des Menschen	285
Schnupfen, nur ein!	213
Schulärzte, zur Einführung von	286
Schulgesundheitspflege, fortschrittl. Bestrebungen für, im Kanton Zürich	165
Schulgesundheitspflege, schweiz. Gesellschaft für	137
Schutzpockenimpfung, Gesetzgebung betr. in der Türkei	273
Schutzpockenimpfung, über die gesetzliche Regelung der 29, 41,	53
Schwachbegabte Schulkinder, gründet Spezialklassen für	210
Schweißfüße und Waschen mit kaltem Wasser	93
Schweizer. Kranken- und Unfallversicherung, Kernsprüche zur	92
Schweizer. Kranken- und Unfallversicherung laut Bundesgesetz 89,	102
Schwelgerei, gegen	134
Schwimmunterricht der Schuljugend	159
Schwindelkuren für Schwerhörige und Taube	94
Schwindsucht, Verhütung der	237
Schwindsucht, Verhütung der Verbreitung in Schulen	257
Sittlichkeit	125
Sodor, Hauptvorzüge des	209
Somatose	230
Sterblichkeitstabellen 23, 48, 61, 73, 109, 119, 148, 172, 196, 219, 244, 270,	294
Straßenbahnheizung in Zürich	220
Straßenhygiene	131
Tabakrauches, Giftstoff des	231
Thermometer, das, der Kindsmagd	20
Tiefatmen	280
Trockene Füße, eine wichtige Gesundheitsforderung	2
Trostspruch	13
Tuberkulosemerkblatt des Reichsgesundheitsamtes 237,	257
Turnen, bürgerliches	158
Turnhallen in Landgemeinden, Erbauung von	245
Turnhallen, gesunder Bodenbelag für	258
Turnstunden, für jeden Schultag eine	85
Ungesunde Sitten unter der Jugend	93
Universalsalz Bullrich's	86
Verdauungsstörungen bei Kindern, zur Verhütung von	216
Vergiftungen in England	183
Verhütung der Bleichsucht	296
Verhütung der durch Schulbesuch ansteck. Krankheiten	68
Verpflegung der mit englischer Krankheit behafteten Kinder	57
Volksbäder, billige 258,	297
Volksbäderwesens, zur Pflege des	287
Volksbrausebäder	160
Volksschulwesen, Staatsbeiträge für das	271
Wiederbelebung von Scheintoten, Anleit. für Laien über	279
Witterungsberichte 24, 49, 95, 117, 149, 170, 195, 221, 246, 272,	295
Zahnfäulnis bei Kindern und ihre Bekämpfung	202
Zahnpflege, praktische, durch die Schule	145
Zahnsteinansatzes, Verhütung des	38
Zeitungsmedikasterei	207
Zu Tode getrunken	77

Digitized by Google

Besprechung neuer Litteratur über Gesundheitspflege.

		Seite
1)	Prof. Rubner: Hygienisches von Stadt und Land. München. Oldenburg. 1899	10
2)	Dr. Kabierske: Baden u. Schwimmen und Bedeutung der Hallenschwimmbäder für die Volksgesundheit. Breslau. Korn. 1899	25
3)	J. Parreidt: Die Zähne und ihre Pflege. Leipzig. Reclam's Universalbibliothek	26
4)	Dr. Rotter: Der Nothelfer in plötzl. Unglücksfällen. München. Lehmann. 1899	38
5)	Dr. Gleitsmann: Erste Hilfe bei Unglücks- und Krankheitsfällen. Berlin. Nahmmacher	39
6)	XI. Jahresbericht des Schweiz. Samariterbundes für 1898/99. Zürich. 1899	39
7)	Prof. Lehmann: Atlas und Grundriß der Bakteriologie. München. Lehmann. 1899	50
8)	J. Hürlimann, Arzt: 20 Jahre im Dienst der Kinderflege und -Erziehung I. Teil. Zug. 1900	96
9)	Dr. Eulenberg und Dr. Bach: Schulgesundheitslehre. 2. Auflage. Berlin. J. Heine. 1900	97
10)	Das Lungernthal. Kurortbrochüre. Zürich. Wagner. 1899	110
11)	Dr. Pfeiffer: 16. Jahresbericht über die Fortschritte 2c. in der Hygiene im Jahre 1898. Braunschweig. Bieweg	120
12)	Prof. Becker: Ueber den Klausen. Glarus. 1900	173
13)	Engadin Expreß. Illustr. Fremdenblatt. Samaden. I. Jahrgang. 1900.	174
14)	J. Arbenz: Der Kurort Walzenhausen Europ. Wanderbild. Orell Füßli, Zürich. 1900	185
15)	Dr. Lechner: Pontresina. Orell Füßli, Zürich, 1900	186
16)	Dr. Sommerfeld: Wie schütze ich mich gegen Tuberkulose? Berlin. Coblenz 1900	233
17)	Max Reimann: 20 Jahre schwindsüchtig! Berlin. Walther. 1900	233
18)	Blätter für Volksgesundheitspflege. München. Oldenburg. I. Jahrgang. 1900	273
19)	Dr. Niemeyer: Die Lunge. 9. Aufl. von Dr. Gerster. Leipzig J. J. Weber. 1900	297
20)	Mathilde Ehrhardt: Großes illustr. Kochbuch. Berlin. Herlet. 1900	298

Digitized by Google

Zürich, den 15. Januar 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 1

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

BOSTON MEDICAL LIBRARY MAR 18 1901

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.

Insertionspreis: Die kleine Nompareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Des neuen Jahres Morgengruß. — Ewige Jugend. — Kraftsprüche für den Lebensweg im neuen Jahr. — Trockene Füße, eine wichtige Gesundheitsforderung. — Krankenheil, aber auch für Gesunde zum Heil. — Das Glück des Weisen. — Das Pferdefleisch als Volksnahrungsmittel. — Neue Litteratur über Gesundheitspflege. — Inserate.

Des neuen Jahres Morgengruß.

E stille Sinn in Freud und Not,
E rüejig Gwisse gebich Gott!
Und wers nit redli meint und guet,
Dem bring i au kei Sege mit,
Und wenn i wott, se chönnti nit.

J. P. Hebel.

Ewige Jugend.

Eine auch anno 1900 sehr beherzigenswerte „Neujahrs-Gabe" hat Schleiermacher, der größte Theologe des 19. Jahrhunderts, dem denkenden Menschen in seinen „Monologen", Selbstgesprächen (Nr. 502 der Universalbibliothek von Philipp Reclam, Leipzig) überliefert, mit denen er den Morgen des neuen Jahrhunderts (1800) begrüßte. Sie bilden ein herrliches Stück geistiger Gesundheitspflege und ein würdiges Pendant zur klassischen „Diätetik der Seele" von Dr. v. Feuchtersleben. Im Schlußkapitel spricht der Verfasser auch über Jugend und Alter in folgender, jeden alternden Menschen erbauenden und erhebenden Weise:

Ein selbstgeschaffenes Uebel ist das Verschwinden des Mutes und der Kraft; ein leeres Vorurteil ist das Alter, die schnöde Frucht von dem trüben Wahn, daß der Geist abhänge vom Körper. Aber ich kenne den Wahn, und es soll mir nicht seine schlechte Frucht das gesunde Leben vergiften. Bewohnt denn der Geist die Faser des Fleisches, oder ist er eins mit ihr, daß auch er ungelenk zur Mumie wird, wenn diese verknöchert? Dem Körper bleibe, was

Digitized by Google

sein ist. Stumpfen die Sinne sich ab, werden schwächer die Bilder von den Bildern der Welt: so muß wohl auch stumpfer werden die Erinnerung, und schwächer manches Wohlgefallen und manche Lust. Aber ist dies das Leben des Geistes? dies die Jugend, deren Ewigkeit ich anbetete? Wie lange hätte ich schon der schönen Jugend das letzte Lebewohl zugerufen! Aber was noch nie mich gestört hat im kräftigen Leben, soll es auch nimmer vermögen.

Ja, ungeschwächt will ich den Geist in die späteren Jahre bringen, nimmer soll der frische Lebensmut mir vergehen; was mich jetzt erfreut, soll mich immer erfreuen; stark soll mir bleiben der Wille und lebendig die Phantasie, und nichts soll mir entreißen den Zauberschlüssel, der die geheimnißvollen Thore der höheren Welt mir öffnet, und nimmer soll mir verlöschen das Feuer der Liebe. Ich will nicht sehen die gefürchteten Schwächen des Alters; kräftige Verachtung gelob' ich mir gegen jedes Ungemach, welches das Ziel meines Daseins nicht trifft, und ewige Jugend schwör ich mir selbst.

Kraftsprüche für den Lebensweg im neuen Jahr.

Halte dich im Stillen rein,
Und laß es um dich wettern;
Je mehr du fühlst ein Mensch zu sein,
Desto ähnlicher bist du den Göttern.

Goethe

* * *

Im Tod hat keiner noch gesagt:
Hätt' ich mehr Geld und Gut gehabt!
Doch hätt' ich Gutes mehr gethan,
So klagt im Tod fast jedermann!

Spruch an einem Tyroler Haus.

* * *

Aechte Tugend und wahres Wohlsein gründet sich auf Leitung durch sich selbst.

Dr. v Feuchtersleben.

* * *

Besiege stets die Leidenschaft!
Dies bringt dir nur Gewinn:
Zufriedenheit, Gesundheit, Kraft
Und einen heitern Sinn.

Trockene Füße, eine wichtige Gesundheitsforderung.

Bei diesem nassen Januarwetter, das durch unzeitige Wärme, Föhn, Schneeschmelze wie im Frühling und Regengüsse die Wege zu tiefdurchweichten gemacht hat, sind für Leute, welche berufshalber viel außerhalb des Hauses herumgehen müssen, trockene, warme Füße eine Hauptsache, jedenfalls aber viel wichtiger, als eine Boa um den Hals. Abgesehen von solidem, dickfohligem, gut genähtem Schuhwerk, das, wenn nötig, nach alter Vätersitte langsam aber sicher reparirt und nicht durch Schnellsohlerei ruinirt worden ist, sowie von gehörig warmhaltenden Woll-Strümpfen, hat man in zweckmäßigen Schuheinlagen ein vorzügliches Mittel, um namentlich die Fußsohle vor eindringender Feuchtigkeit und damit vor ungesunder, erkältender Abkühlung zu bewahren. Wer überdies ein Mehreres thun will, kann sich noch

Digitized by Google

der leisetretenden Gummiüberschuhe bedienen, die zwar auch wieder allerlei Unbequemlichkeiten mit sich bringen. Der Schuheinlagen gibt es nun schon eine ganze Menge, je nach dem Material, aus welchem sie gemacht werden und immer tauchen auch da in unserer erfinderischen Zeit Novitäten auf, vom Kork bis zum Filz. Ein ganz vorzügliches Fabrikat sind die waschbaren Schwammsohlen von A. Wagner, welche aus gereinigtem, mit starkem Rohseidengewebe überzogenem Badeschwamm hergestellt werden. Sie saugen die bei Pflüder-Wetter durch das Schuhleder eindringende Nässe — denn auch das beste Leder soll porös sein und bleiben, trotz aller Einfettung — sehr gut auf, was bei Fußschwitzern gleichfalls mit dem Fußschweiß geschieht. Dadurch bleiben die Füße zumal an ihren, der Beschädigung am meisten und häufigsten ausgesetzten Sohlenflächen und -Rändern trocken, sauber, auch geruchlos. Im Winter bilden solche Schutzsohlen ein wichtiges Vorbeugungsmittel gegen Erkältung der Füße und gegen Frostbeulen (Gfrörne).

Die Schwammsohle kann nach längerem Gebrauch mit warmem Seifenwasser wieder gewaschen und gereinigt werden. Weil sie sich dadurch weit länger gebrauchsfähig erhält, als Schuheinlagen aus anderem Material, übertrifft sie an Billigkeit die anderen Fabrikate zu gleichem Zweck. Ueber Nacht müssen die Sohlen zum Trocknen aus den Schuhen herausgenommen werden; zweckmäßig legt man sie auf einen luftdurchzügigen Rohrstuhl. Der Preis ist ein billiger, er variirt je nach der Dicke des Materials. Als Empfehlung des deutschen Erzeugnisses dient wohl, daß es zufolge eines Erlasses des Kriegsministeriums bei den Fußtruppen der deutschen Armee im Gebrauche steht. Auch in den schweizerischen Blättern für Kriegsverwaltung werden nach praktischen Versuchen die waschbaren Wagner'schen Schwamm-Einlegesohlen sehr gerühmt. Als ein großer, technischer Vorzug vor anderen, namentlich aus Filz oder sonstigem weichem Material gemachten Produkten wird hervorgehoben, daß die Schwammsohle, indem sie sich beim Marschieren unter der Fußbeuge nicht rolle, schön horizontal liegen bleibe und sich der unteren Fußfläche gut anschmiege. Gegenüber den bei dem lästigen Schweißfuß angepriesenen zahlreichen Pulvern von Salicylsäure, Tannin ꝛc. mit Talg sowie Dermasot und Salben aller Art besitzen die oben empfohlenen Aufsaugesohlen die Eigenschaft, die natürliche Schweißabsonderung nicht zu beeinträchtigen, sondern sie machen den Fußschweiß bloß unschädlich und sorgen für dessen Ableitung in natürlicher Weise. Sie haben somit vor allen Fußpulvern und -Salben den Vorzug größter Reinlichkeit. Die weichen Einlag-Sohlen sind wohl auch ganz angenehm für Personen, die an der Haut der unteren Fußfläche Hühneraugen haben; diese Störenfriede beim Spazieren und Marschieren werden auf dem weichen Schwammpolster möglichst wenig gedrückt, schmerzen deshalb viel weniger oder gar nicht. Am besten läßt man sie freilich rationell und radikal beseitigen, schmeißt die gigerlhaften einbälligen Spitz- und Schmalmodeschuhe hinter oder in den Ofen und geht zum fußgerechten Schuhkünstler. Dann ist's für immer aus mit den selbstverschuldeten „Egersten"-Augen an Krüppel-Fuß und -Zehe und man wandelt wie auf Rosen ohne Dornen auch auf rauhem Lebenspfad.

In Zürich sind die genannten Sohlen zu haben und auch auf die Ferne zu beziehen — bei Bestellung genügt Angabe der Fußlänge — von F. Mehrens, Froschaugasse 12, Zürich I.

Wichtig für die Rekommandation der Schwammsohlen à la Wagner sind die von Oberstabsarzt Dr. Starke, Lehrer der Militärgesundheitspflege an der preußischen Kriegsakademie veröffentlichten Prüfungsergebnisse, welche lauten:

Ich habe eine Anzahl von Soldaten, die notorisch mit Schweißfüßen behaftet sind, veranlaßt, die von der Firma A. Wagner, Berlin, angefertigten Schwamm-Schweiß-Sohlen bei Gelegenheit anstrengender Märsche zu tragen.

Digitized by Google

Einstimmig wurde nach diesen Versuchen versichert:

1. daß die vielfachen Unbequemlichkeiten des Fußschweißes erheblich gemildert und die Anstrengungen des Marsches erleichtert würden;
2. der Fuß selbst blieb trocken, so daß die Fußlappen und Strümpfe, welche sonst mehrmals täglich gewechselt werden mußten, nun während des ganzen Tages getragen werden konnten;
3. die Reinigung hat keine Schwierigkeiten. Sohlen, welche mehrere Monate getragen waren, erwiesen sich vollständig gebrauchsfähig.
4. da die Sohlen im Sommer das Gefühl der Trockenheit mit dem der Wärme verbinden, so werden sie auch im Winter für naßkalte Füße sich vorteilhaft erweisen.

Krankenheil, aber auch für Gesunde zum Heil.

Ganz vorzügliche, zum Nachdenken über sich selbst, über das Schicksal, über die höhere sittliche Bestimmung des Menschen ꝛc. anregende, das Alpdrücken des ungesunden Weltschmerzes bannende Bücher hat uns Prof. Hilty in Bern in seinen drei Bänden, „Glück“*) betitelt, geliefert. Im dritten Teil ist ein sehr lesenswertes Kapitel: „Qui peut souffrir, peut oser“, wer zu leiden vermag, vermag zu wagen (aber auch zu hoffen, möchten wir beifügen), und zu dieser trostreichen, geistvoll gewürzten Abhandlung für unmutige und ungeduldige Seelen hat der vielbelesene Verfasser, der zwar kein Arzt von Beruf, aber doch eine Art von Seelendoktor ist, einen Anhang gefügt, den er „Krankenheil“ überschrieb. Seine Lehren — probata sunt! — dienen aber auch Gesunden zum Heil. Wir wollen als ein Prosit Neujahr einige Tropfen des darin gratis gebotenen Lebenselixirs, täglich zu nehmen bis zur Wirkung, ordinieren.

Von den geistigen Mitteln ist ein kurzes Gebet „Herr hilf mir“, wenn Glaube dazu in der Seele ist, weitaus das beste; auch der Stoizismus stärkt, aber nicht so leicht und nicht in allen Fällen. Von allen Trostbüchern ist die Bibel, und darin besonders die Evangelien, das Buch Hiob und die Psalmen, das beste und allein vollständig genügende. Das Lesen medizinischer Bücher ist dagegen fast immer schädlich. (Sehr einverstanden. Red.)

Das Schädlichste für die körperliche und geistige Gesundheit des Menschen sind die sittlichen Fehler. Diese Dinge sind absolut auszuschließen, wenn man ein gesundes Leben, ein erträgliches Alter und Regenerationsfähigkeit der Natur in Krankheiten haben will. Daneben sind die größten Krankheitserzeuger der Alkohol, wenn er nicht sehr mäßig, am besten bloß medizinisch gebraucht wird, das übermäßige Essen, das städtische Leben ohne gute Luft und genügende Bewegung, das Leben in den Nachtzeiten, die dem Schlafe gehören, und das aufregende Jagen und Streben nach Gütern, die man doch nicht brauchen kann, wenn die Gesundheit darüber unwiederbringlich verloren ging. Das Gesundeste, was es gibt, ist ein Leben mit reinem Herzen, in bedeutenden Gedanken und in beständiger nützlicher Arbeit. Dem kommt keine Präservation anderer Art an Wirksamkeit gleich; selbst wenn die Lebenskraft durch das Alter naturgemäß abnimmt, kann die stets noch zunehmende geistige Kraft den Menschen auch über diese Altersperiode beinahe unvermerkt hinüberheben.

Der Hauptgesichtspunkt aller vernünftigen Medizin ist der, die Widerstandsfähigkeit zu erhöhen. Es ist das Gute an der jetzigen Bacillentheorie, daß darnach ein eigentlicher Schutz vor Krankheitskeimen gar nicht möglich ist. Es ist einzig möglich, sie durch eine gesunde,

*) Erschienen im übrigen Verlag von J. Huber, Frauenfeld. Jeder von den drei Teilen ist einzeln käuflich und bildet ein in sich abgeschlossenes Ganzes.

Digitized by Google

widerstandsfähige Natur fortwährend zu überwinden, und dazu muß die Natur gewöhnt werden, daß sie sich selbst hilft und eine Gefahr an irgend einem Punkte sofort anzeigt. Derselben kann dann in den meisten Fällen noch mit ganz sanften Mitteln, Ruhe, Schlaf, Luft, Bewegung, Wärme, guter Ernährung oder Fasten, begegnet werden.

Dabei muß man allerdings nie ganz vergessen, daß wir, wenigstens die meisten von uns, durch Abstammung, Erziehung, Gewohnheit nicht mehr ganz naturgemäße Menschen sind und daher auch nicht als solche und mit Mitteln behandelt werden können, wie sie etwa bei sehr naturwüchsigen Landbevölkerungen am Platze sind*). Also viel kaltes Baden, große Bergtouren, übermäßiges Turnen, Schwimmen oder Reiten können gerade so viel schaden wie nützen.

Abhärtung ist überhaupt vortrefflich in der Jugend; im Alter dagegen ist Sorgfalt und Vorsicht zweckmäßig. Denn das Alter ist eine permanente Krankheit.

In älteren Jahren thut die Uebung auch sehr viel. Es ist daher sehr gefährlich, sich „zur Ruhe setzen", oder auch nur an seinen gewohnten Beschäftigungen wesentlich abbrechen zu wollen. Die jetzige Medizin nennt die Folge, die eintritt, „Adernverkalkung", oder „Verkalkung des Gehirns"; es ist aber, einfacher angesehen, bloß Mangel an gehöriger Uebung und Thätigkeit der Organe. Darum ist es in jeder Hinsicht am besten, „in den Sielen zu sterben."

Ein großer Fehler des Alters und ein Grund vieler Schwachheiten desselben ist das Rückwärtsblicken, sei es in bloßen Gedanken und Gesprächen, oder gar in Tagebüchern, Erinnerungen und dergleichen Anstalten prätensiöserer Art. Das kann nicht anders als traurig stimmen, wenn jemand ein aufrichtiges Gemüt hat und einen klaren Kopf dazu; denn es gibt kein Leben, in dem nicht mancher große Fehler geschehen, kostbare Zeit verschwendet, Talent und Gelegenheit zu Gutem unbenützt gelassen worden ist. An die Vergangenheit muß man vielleicht im Alter nur in globo denken, mit Dankbarkeit gegen Gott, der uns vor vielem Unglück und Unrecht bewahrt, aus den Banden der Eitelkeit und der Genußsucht befreit und alles besser gestaltet hat, als wir es selbst hätten thun können. Mit dieser Grundbestimmung ist der Vergangenheit ihr Recht geschehen; die Gedanken und Handlungen von heute gehören im Alter mehr als jemals der Gegenwart und Zukunft. Alles Gute, was uns noch möglich ist, thun, und die Beschäftigung mit seiner Vergangenheit, wie die Todesfurcht, als eines freien Menschen unwürdig ablehnen, das ist wahrscheinlich das beste Rezept, wenn nicht gegen das Altwerden selbst, das noch von andern Umständen abhängt, so doch für ein möglichst gesundes und geistig frisches Altern.

Alle körperlichen Funktionen jeder Art muß man ziemlich regelmäßig einrichten, woran sich eine unverdorbene Natur mit großer Leichtigkeit gewöhnen läßt.

Die beste aller Erholungen ist der Schlaf. Derselbe ist ein Vorzug des Menschen, den nur die höheren Tiergattungen mit ihm teilen, während die niederen Tiere bloß zeitweise in eine Art Apathie zu verfallen scheinen. Immerhin sind die physiologischen Untersuchungen über denselben noch nicht abgeschlossen; sicher ist einstweilen nur, was ein deutscher Dichter sagt:

„Die Nacht ist himmlisch und ein göttlich Wunder;
Die schönste aber ist, die man verschläft."

Neben dem Schlaf ist der Sonntag die gottgewollte Erholungszeit und wer dieselbe regelmäßig und zweckmäßig benutzt, der wird keine Ferien und „Ausspannungen" dringend

*) Das bezieht sich u. a. auf die Kneipp'schen Kuren, wozu Bauern als Objekte gehören, auf die sie auch anfänglich allein berechnet waren. Ebenso fällt damit alle Rousseau'sche „Rückkehr zur Natur" außer Betracht. Wenn man es leidlich gut hat, besonders im Alter, muß man es auch nicht noch besser haben und wieder jung werden wollen.

Digitized by Google

nötig haben, sondern nötigenfalls das ganze Jahr hindurch „sechs Tage arbeiten“ können. Wenn in irgend einem Punkte die Wahrheit der uralten göttlichen Gebote den oberen Klassen unserer Zeit wieder klar gemacht wird, so ist es gerade in diesem Punkte der Fall. Man braucht die außerordentlichen Erholungen nicht, außer nach Krankheitszeiten, wenn man die ordentlichen richtig benutzt. In diesem Falle regeneriert sich die Kraft nach jedem gesunden Schlafe und nach jeder vernünftig zugebrachten Woche wieder ganz von selbst. Es ist bloß die allzeit geschäftige menschliche Phantasie, die zeitweise ein größeres Bedürfnis vorspiegelt, oder dann die Uebermüdung, die aus übermäßiger Arbeitshetze oder unrichtiger Lebensführung eintritt.

Neben Schlaf und Sonntagsruhe ist — so paradox es klingt — die Arbeit (das heißt also die Abwechslung in derselben) die beste Erholung. Sie ist die Pflicht und Aufgabe des Menschen, ohne deren Erfüllung er auf Erden weder geistig noch körperlich gesund leben kann, und diejenigen sind die größten Thoren, die sie ausweichen und bloß ein arbeitsloses Leben führen, oder sich wenigstens möglichst frühzeitig „in den Ruhestand begeben“ wollen. Sie täuschen sich völlig darin; mäßige Arbeit konserviert besser als bloße Ruhe und ist überhaupt „unser uns zugemessener Teil.“

Man kann sehr viel und bis in ein sehr vorgerücktes Alter hinein arbeiten, unter folgenden Voraussetzungen*):

Früh aufstehen, aber nicht vor der Tageshelle; die Vormittage einer ernsten, zusammenhängenden Arbeit widmen und immer eine Arbeit als Hauptbeschäftigung vor sich haben, mit einem geeigneten, nicht allzulangen Termin der Vollendung; andere daneben in Vorbereitung und zur Abwechslung; die Abende zu Hause zubringen und früh zu Bette gehen; die Sonntage zur Ruhe benutzen; nicht zu lange und bis zur völligen Ermüdung arbeiten, sondern die Arbeit mit etwas Bewegung und Luftgenuß unterbrechen; jede Arbeit in kleineren Partien abteilen, die man gut übersehen und an die man, ohne Aengstlichkeit vor einer zu großen Aufgabe gehen kann; die Arbeit um ihrer selbst willen und aus Pflichtgefühl verrichten, nicht bloß zu einem äußeren Zwecke, am allerwenigsten aus Ehrsucht oder Streberei; alle unnötige oder unnütze Arbeit, allen bloßen Genuß, alle zwecklose Geselligkeit oder Korrespondenz, alles Vereins- und Parteileben, Theater und Wirtshaus aus seinem Leben entschlossen verbannen.**)

Namentlich die Abendgeselligkeit ist das beste Mittel, um den Schlaf zu verbannen, welcher der Haupterhalter der Gesundheit und Arbeitsfähigkeit ist.

Ja, das können wir nicht, werden vielleicht einige unserer Leser sagen. Gut denn, es sollte auch nur ein wohlgemeintes Gutachten sein; dann arbeitet also weniger, stets in Sorgen vor mangelndem Erfolg oder Nichtfertigwerden, und werdet dabei dennoch alt und krank vor der Zeit. Tausende haben und halten es in der That so. Es ist aber, wohlverstanden, mangelhafter Wille, oder fehlende Einsicht, nicht unerbittliches Schicksal. Es giebt kein besseres Mittel, um die Gesundheit rechtzeitig zu stärken und sehr lange zu erhalten, als eine möglichst beständige, genügend anstrengende und nützliche Arbeit.

Freude ist endlich ein außerordentliches Heilmittel, das oft den ganzen Organismus neu beleben und zur Selbstthätigkeit anregen kann. Ebenso sehr auch die stille beständige Freudigkeit in der Auffassung aller Dinge und Menschen, die weniger rasche, aber vielleicht dauerhaftere Wirkungen hat. Sie ist die äußere Erscheinung der Gesundheit. Darüber ist eigentlich Jedermann einverstanden, Aerzte und Laien, Gesunde und Kranke. Ja, aber das

*) Vergl. darüber „Die Kunst, Zeit zu haben“ in „Glück“ II.

**) Da geht der geehrte Herr Verfasser in der Abstinenz denn doch wohl ein bischen zu weit. Red.

Digitized by Google

ist gar nicht die Frage, sagt man, Freude wäre gewiß gut, aber „wir bekommen sie nicht.“ Darauf antworten wir nun nicht mit dem sehr gewöhnlichen Argument, man müsse stets nach unten, nicht nach oben schauen, also auf die, welche es doch noch schlechter haben. Das allein wäre ein trauriger, aus den schlechtesten Eigenschaften der menschlichen Natur geschöpfter Trost, der bei edlen Seelen nicht anschlägt und den andern wenig Trost gewährt; sie werden nur noch pessimistischer dadurch.

Wir sagen ihnen vielmehr, die Freudigkeit läßt sich bis auf einen gewissen Grad doch erzielen, mit sehr einfachen Mitteln; zunächst dadurch, daß man das Gute *sieht* und dankbar anerkennt, das man hat; Dankbarkeit ist ein Gefühl, daß der Freudigkeit sehr nahe steht. Sodann aber, indem man Andern Freude macht. Dieses letztere namentlich ist in Jedermanns, auch eines Kranken Gewalt, und der Anlässe, den Menschen wohlzuthun, giebt es genug auf Schritt und Tritt; du brauchst sie kaum zu suchen, sie suchen dich. Wenn namentlich die vielen wohlhabenden Leute, die sich jahraus jahrein durch alle Kurorte der Welt schleppen, um ihren oft eingebildeten und meistens selbstverschuldeten Beschwerden zu entgehen, einen kleinen Teil der damit verbundenen Kosten auf Wohlthaten wenden wollten, sie würden davon bessere Resultate sehen, als wenn sie es an die Medizin wenden. „Ja, aber wo sollen wir anfangen damit, es ist uns so ungewohnt.“ Um so schlimmer, wenn das letztere wahr ist; das erstere hingegen ist die Frage des Schriftgelehrten, der „sich rechtfertigen“ wollte, und die Antwort bleibt immer die gleiche: Bei dem nächsten besten Menschen fange an; wenn keiner da wäre, was selten vorkommen wird, sogar bei einem armen Tierchen oder Pflänzchen, auf die sich der unerschöpfliche Born der Liebe auch ergießen kann und wird, wenn er vorhanden ist. Uebrigens hat Jeder und besonders jeder Kranke „Nächste“ im Wortsinne genug, denen er *Freude machen* kann, wenn auch bloß durch die eigene Geduld, mit denen er sein Leiden trägt. Für Viele ist dies das *einzige* Mittel, um gesund zu werden.

Das Glück des Weisen.

Weise ist der Mann, der aus den Händen des Glücks nicht mehr verlangt als er bedarf, und der seine Ruhe nicht in der Befriedigung, sondern in der Mäßigung seiner Begierden sucht. Kann er sich auch nicht in Seide und Purpur hüllen, er will nur seine Blöße decken. Reizen auch Indiens Gewürze und Cyperns Weine seinen Gaumen nicht, er will nur seinen Körper nähren und seine Kräfte unterstützen. Keine Marmorsäulen tragen sein Dach, aber es schützt ihn gegen die Stürme des Himmels. Er wird nicht unter den Reichen, nicht unter den Angesehenen seines Volkes gepriesen, ihm genügt der Name eines guten Menschen, eines friedlichen Bürgers, eines treuen Familienvaters. Er sieht sich nicht von Schmeichlern umlagert, kein Schwarm von Dienern wartet auf seine Befehle, keine Klienten huldigen ihm, keine Fremde dringen sich zu seiner Bekanntschaft, ihm genügt ein Freund. Um sich sein mäßiges Glück zu gönnen, gönnt er jedem andern sein großes.

Das wahre und sichere Glück des Lebens liegt nicht außer uns, sondern in uns; nicht in den Goldkisten, nicht in dem Adelsbriefe, nicht in dem schäumenden Pokal, sondern im ruhigen zur Freude rein gestimmten Herzen. Wer mit einer Brust voll ungeziemter brennender Leidenschaft seine Ruhe im Reichthum oder in dem Stande sucht, findet sie nie. Er hat eine Million gehäuft, und findet sie nicht, er häuft die zweite, und findet sie noch nicht. Er ist aus dem Staube in die Ratsstube, in das Kabinet des Fürsten, an die Spitze einer Armee, auf den Thron gestiegen. Immer höher und nie erreichbar stieg sie vor ihm auf, je höher

Digitized by Google

er selber stieg. Selbst auf dem Thron sitzt sie nur für den, der sie auf den Thron mitbringt. Nur der Zufriedene, der seine Wünsche auf das beschränkt, was Natur und Glück und Fleiß ihm gewährt, und in dem Besitz und Genuß dessen seine Wünsche befriedigt sieht, nur er hat Ruhe und für die Freude des Lebens einen offenen Sinn. Nur ihm lächelt der Frühling und seine Blüten ihm schwanken die Gipfel des Blütenhains in der kraftbewegten Luft, ihm flüstert die vertrauliche Quelle. Sanfter Schlummer besucht seine Lagerstätte, während auf seidenen Polstern den Reichen die Sorgen, den Eifersüchtigen der Neid, den Schwächling die Sünden quälen, und der Ausschweifende in lärmenden Sälen sich zum Schwächling entkräftet; und mit leichtem Sinn und leichtem Herzen wacht er am Morgen auf, begrüßt die wiederkehrende Sonne, und hat ein offenes Herz für alle neuen Freuden der Natur.

Um sich ein gemäßigtes Glück zu gönnen, gönnt er jedem anderen sein größeres. Dankbar und mit Vertrauen blickt er zum Himmel auf, der die Waage des Schicksals hält. Ohne Reue schaut er in die Vergangenheit, ohne Furcht in die Zukunft. Untreu ist jeder andere Besitz, unentreißbar nur der, den wir im Herzen tragen.

Aus J. P. Hebel's vermischten Aufsätzen.

Das Pferdefleisch als Volksnahrungsmittel.

In Nr. 3 (3. Dezember) der österreichischen Monatsschrift für Förderung öffentlicher Wohlfahrtsbestrebungen ist ein beachtenswerter Aufsatz über das „Pferdefleisch als Volksnahrungsmittel" enthalten. Wir entnehmen, angesichts der Wichtigkeit, welche ein vermehrter Genuß der auch bei uns in den ärmeren Bevölkerungsschichten einer größeren Berücksichtigung noch sehr bedürftigen Fleischsorte für die Verbesserung der Volksernährung besitzt, dem Artikel folgende Stellen:

Die hohe volkswirtschaftliche und auch gesundheitliche Bedeutung des Pferdefleisches als Nahrungsmittel läßt es als wünschenswert erscheinen, dieser Frage näher zu treten, und auch über die Ursachen des Widerwillens namentlich der germanischen Völker gegen den Genuß der genannten Fleischart die notwendige Aufklärung zu geben.

Es ist ein völlig unbegründetes, sinnloses Vorurteil, das heute noch viele Menschen abhält, Pferdefleisch zu essen. Niemand kann sich eigentlich Rechenschaft darüber geben, warum er einen Widerwillen gegen dieses Fleisch hat. Jedermann weiß, das Pferd ist eines der reinlichsten Geschöpfe und bezüglich seiner Nahrung das empfindlichste unter allen unseren Nutztieren. Es genießt nur gesundes Futter und reines Wasser und würde eher verhungern, als daß es die faule Schlempe annähme, wie sie oft dem Rind und gar dem Schwein gereicht wird. Der Geschmack des Pferdefleisches unterscheidet sich so wenig von dem des Rindfleisches, daß es häufig als solches gegessen wird. Ohne es zu wissen, haben wir wohl alle schon Pferdefleisch genossen, besonders in Würsten. Essen wir doch das ganz ähnliche Esels- und Maultierfleisch in der echten italienischen Salamiwurst als etwas besonders Delikates und bezahlen es teuer. Es ist also nichts als eine anerzogene Einbildung, wenn wir uns vor Pferdefleisch ekeln. Ein ähnliches Vorurteil hinderte noch im vorigen Jahrhundert die Einführung unserer heute unentbehrlichen Kartoffel. Aber jene Einbildung hatte doch noch einen erklärlichen Grund, sie stammte aus der Furcht. Man hatte nämlich ausgestreut, die neue Frucht erzeuge Fieber, sie schädige den Boden und dergleichen mehr.

Die Ursache aber für den Ausschluß des Pferdefleisches vom menschlichen Genusse hat mit der Beschaffenheit dieses Fleisches gar nichts zu thun. Sie ist lediglich in einem

Digitized by Google

alten Kirchenverbote des Papstes Gregor III. zu suchen. Das Pferd galt unseren heidnischen Vorfahren als das höchst geschätzte Tier, welches sie ihren Göttern darbrachten und beim heiligen Opfermahl verzehrten. Um nun den Rückfall der neubekehrten Thor- und Odin-Anbeter in das Heidentum zu hindern, wurde alles beseitigt, was an die alten Götter und deren Opferdienst erinnerte. So wurden nicht nur die Opfer verboten und mit strengen Strafen belegt, sondern auch der Genuß des Pferdefleisches unterdrückt. Es kostete einen langen Kampf, bis diesem Kirchengebote endlich Gehorsam geleistet wurde. Mehrere Jahrhunderte dauerte es, bis die Vorliebe für das Pferdefleisch bei den germanischen, skandinavischen und britannischen Völkern ausgerottet war und endlich durch die Gewohnheit der Abscheu gegen ein früher in ganz Europa gebräuchliches Nahrungsmittel erzeugt wurde. Ueberall da, wo das päpstliche Verbot des Pferdefleischgenusses nicht wirksam war, wird heute wie von jeher Pferdefleisch als Nahrungsmittel hoch geschätzt.

Der Schaden, welchen dieses vor tausend Jahren eingeimpfte Vorurteil der europäischen Menschheit gebracht hat, ist enorm. Am 5. Verbandstag der deutschen Tierschutz-Vereine in Karlsruhe im Jahre 1892 berichtete Beringer, daß Deutschland nach der letzten Zählung 3 852 000 Pferde besitze. Das Durchschnittsalter der Pferde in Deutschland zu 15 Jahren angenommen, sterben jährlich 257 000 derselben. Von dieser Zahl werden rund 86 000 geschlachtet und die besseren Qualitäten für die menschliche Nahrung, die schlechteren als Hundefutter verbraucht. Berechnet man das Gewicht des Fleisches von 171 000 nicht zum Konsum verwerteten Pferden (das Schlachtgewicht eines Einzelstückes durchschnittlich zu 5 Zentner angenommen), so werden jährlich 860 000 Zentner als Aas in die Erde vergraben oder zu einem kleinen Teile in Leimsiedereien u. s. w. benutzt. Der Preis des Zentners Pferdefleisch zu 40 Mark veranschlagt, bedeutet die jetzige Verschleuderung des Pferdefleisches für Deutschland einen Verlust von jährlichen 35 Millionen Mark. Und diese Verschleuderung eines gesunden, kräftigen Nahrungsmittels findet statt, während ein großer Teil der Bevölkerung kümmerlich von Kartoffeln, Kaffee und anderer kraftloser Kost sich nährt und während allerlei Surrogate hergestellt werden, um billigere Lebensmittel zu gewinnen.

Bezüglich des Nährwertes des Pferdefleisches wird auf das im Auftrage des österreichischen Ackerbauministeriums von H. Strohmer verfaßte Werk „Die Ernährung des Menschen“ verwiesen. Hier heißt es, das Pferdefleisch überrage mit 21,7% Stickstofffubstanz das mittelfette Ochsenfleisch mit 20,9%. Auch die gesundheitliche Seite des Genusses von Pferdefleisch verdient eine besondere Beachtung. Viele der Krankheiten, die beim Rind und Schwein vorkommen und die das Fleisch dieser Tiere gesundheitsschädlich machen, wie die Finnen, Trichinen u. s. w., kennt man beim Pferde nicht. Besonders jene Krankheit, die beim Rind so häufig ist, die Tuberkulose (Perlsucht) kommt bei Pferden äußerst selten vor.

Das Vorurteil gegen das Pferdefleisch als Nahrungsmittel ist aber doch ersichtlich im Rückgange begriffen. So findet es auch in Wien einen von Jahr zu Jahr steigenden Absatz. Während dort im Jahre 1889 erst 6869 Pferde geschlachtet wurden, stieg deren Anzahl im Jahre 1896 auf 22012 Pferde.

Das Fleisch, wegen seines hohen Nährwertes, seiner vollkommenen Verdauungsfähigkeit und seiner Verwendbarkeit in den verschiedensten Zubereitungen, gilt mit Recht als das wertvollste Nahrungsmittel, der Fleischverbrauch als Wertmesser für den Wohlstand und die Ernährung einer Bevölkerung. Leider ist das Fleisch der Rinder, Schweine, Schafe, das Geflügel, das Wild zu kostspielig für die weiteren Volkskreise, daher leidet unsere Volksernährung that-

Digitized by Google

sächlich Mangel an billigem, gutem Fleische. In demjenigen vom Pferde wäre ein reichlicher Ersatz geboten.

Wir unterschreiben den Schlußsatz des Aufsatzes: Die Förderung des Verbrauches von Pferdefleisch als Volksnahrungsmittel besitzt daher sowohl in volkswirtschaftlicher als auch in gesundheitlicher Beziehung einen sehr hervorragenden Wert. Auch in der Schweiz ist für die gebührende Anerkennung der Bedeutung der genannten Fleischsorte für die Zwecke der Ernährung Unbemittelter noch manche Lanze der Belehrung zu brechen, bis das Eis des Vorurteils dagegen überall gebrochen ist. Viele kommen vor lauter Bedenken gar nicht zur Anwendung des bewährten Satzes: Probieren geht über Studieren!

Neue Litteratur über Gesundheitspflege.

Prof. Dr. Rubner: Hygienisches (Gesundheitliches) von Stadt und Land. München und Leipzig, Verlag von Oldenbourg, 1899. 48 Seiten. Fr. 1.35.

Der Verfasser erörtert in sehr interessanter Weise in seiner Broschüre die mannigfachen Schäden, welche Gesundheit und Existenz sowohl in der Stadt wie auf dem Lande, bedrohen. Dabei schenkt er, dem raschen Wachstum der modernen Städte, dieser oft unheimlichen Bevölkerungsbrennpunkte und den damit zunehmenden Gesundheitsgefahren Rechnung tragend, dem Stadtleben besondere Aufmerksamkeit. Beachtenswert sind die statistischen Angaben über die gewaltige Vermehrung der Stadtbewohner. Im deutschen Reich war bei seiner Gründung anno 1871 etwa $^1/_8$ der Einwohner Städter; diese Ziffer hat sich heute bis ungefähr auf die Hälfte vermehrt. Wir stehen somit vor einer Art Völkerwanderung in die Städte und vor einer in manchen Beziehungen bedauerlichen Abnahme der Landbewohnerschaft.

Die Schattenseiten der Städte zeigen sich schon in der meist höheren Sterblichkeit ihrer Insaßen. So steht z. B. die Sterbeziffer von Berlin weit über dem Mittel für ganz Preußen. Je dichter die Bevölkerung in einer Stadt zusammengedrängt wohnt, desto größer ist auch ihre Sterblichkeit (Mortalität) im allgemeinen und diejenige an ansteckenden Krankheiten im besonderen. Schon für die erste Kindheit ist hinsichtlich Gesundheit und Leben das Aufwachsen auf dem Lande förderlicher als in der Stadt.

Der Verfasser forscht sodann nach den zahlreichen Gründen, warum das Landleben im allgemeinen gesünder sei, als das Stadtleben. Er vergleicht zu diesem Zweck die äußeren Verhältnisse von Stadt und Land (Stadtluft und -Klima, Wohnungsklima, Ernährungsverhältnisse, Beruf, sowie die verschiedene Lebensweise des Städters und des Landmanns). Die hauptsächlichen Resultate seiner Untersuchungen sind:

Die Stadtluft ist stärker verunreinigt als die Landluft; die Großstädte haben alle weniger sonnenhelle Tage und Sonnenschein als das benachbarte freie Land. Besonders sonnenarm ist in vielen Städten gerade der Winter, wo man die gesunden Sonnenstrahlen am nötigsten hätte. Die Binnenluft in den Stadthäusern und -Wohnungen ist um so schlechter, je mehr Leute in ihnen leben. Gerade die Großstädte sind aber die eigentlichen Zentren der überfüllten Wohnungen. Die schlechten Wohnverhältnisse bilden einen Hauptgrund für die größere Sterblichkeit einzelner städtischer Quartiere; dazu kommt noch der teure Preis der Wohnungen in gar manchen Städten und die Zusammenpferchung vieler Leute in wenige und kleine Räume. Der städtische Arbeiter verbraucht 20—25 % seines Einkommens allein für die Wohnungsmiete; auf dem Lande sind es nur 6—8 %. Der Verfasser ruft strengeren gesetz-

Digitized by Google

lichen Bestimmungen für Verbesserung der noch vielfach mißlichen städtischen Wohnzustände und der Ernennung von Wohnungsinspektoren. Ueberhaupt habe die öffentliche Gesundheitspflege noch große Aufgaben für die praktische Stadtgesundheitspflege zu erfüllen.

Neben der Obrigkeit müsse aber auch jeder einzelne Stadtbewohner und jede Familie in vermehrtem Maße für private Gesundheitspflege besorgt sein, um den größeren Schädlichkeiten des Stadtlebens mit dem vielen Stubensitzen, mit der geringeren Muskelarbeit und Bewegung, mit seiner nervösen Unruhe, dem vielen Straßenlärm, dem Mißbrauch von Reizen aller Art (Alkohol!) bestmöglichst entgegen zu arbeiten. Mit Recht wird vor den übertriebenen Vergnügungen der Städte, die sich oft tief in die Nacht hinein ziehen und einen Teil des so nötigen Schlafes rauben, als gesundheitsraubend gewarnt.

Das letzte Kapitel ist dem Landaufenthalt mit seinen schönen Genüssen gewidmet, welcher, in Landpartien oder während der Ferien, eine wahre Sehnsucht und eine herrliche Erquickung für den Städter bildet, wenn er dabei vernünftig und nicht mit nervöser Hast zu Werke geht. Das „Landbedürfnis" macht sich namentlich beim Großstädter mit immer elementarerer Macht geltend. Dem mächtigen Zug der Bevölkerung vom Land nach den Städten steht andererseits das Verlangen des Stadtbewohners nach den gesundheitlichen Segnungen des Landes mit seiner Stille und Beschaulichkeit, seiner Einfachheit und seinen Naturschönheiten gegenüber. Das beweist die immer größere Völkerwanderung der Stadtleute als „Gesundheitsreisende" in die Frühlings-, Sommer- und Herbstfrische. Neben den Vorteilen, zumal des ländlichen Sommeraufenthaltes, für die wohlthuende Erholung und gesundheitliche Erfrischung derjenigen Elemente der Stadtarmee, die sich eine Ausspannung leisten können, hebt der Verfasser am Schlusse seines lesenswerten Werkchens auch noch die sanitarischen Kalamitäten hervor, welche der große Fremdenzug der Sommergäste vielerorts eine Zeit lang auf dem Lande erzeugt (Wohnungsnot, Zusammendrängung in schlechten Stuben und Schlafräumen ꝛc.). Manche ländliche Sommerplätze, deren Gesundheitszustände noch nicht kontrolliert werden, seien schlechter wie diejenigen der viel geschmähten Großstädte. Die „Fremdenindustrie" gebe einem rationellen Landaufenthalt in vielen Kurorten den Todesstoß. C.

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.
Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Depôts
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg**, Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

Kindermehl „Galactina"

GALACTINA

Unübertroffen leicht verdaulich und von höchstem Nährstoffgehalt. Bester Ersatz der Muttermilch. Aerztlich empfohlenes Nahrungsmittel für Kinder und Magenleidende jeden Alters. Ausgezeichnete Zeugnisse von hervorragenden Aerzten und Lebensmittel-Chemikern. Höchste Auszeichnungen: 4 Ehrendiplome, 12 grands prix, 20 goldene Medaillen. **Neunzehnjähriger Erfolg.**
Schweiz. Kindermehl-Fabrik
Lüthi, Zingg & Cie., **BERN.** 88G

Chemisches Untersuchungslaboratorium in Zürich
Chemische Untersuchungen jeder Art. ★ Freie Schule Rämistrasse ★ 52 *Dr. F. Steinitzer.* Z 2940 M

Digitized by Google

MAGGI'S
Suppen-Würze
in Originalfläschchen von 50 Rp. an, macht augenblicklich jede Suppe u. jede schwache Fleischbrühe überraschend gut u. kräftig.

MAGGI'S
Suppen-Rollen
in Tabletten zu 10 Rp. für 2 gute Portionen, zu sofortiger Herstellung jeder Art vorzüglichster Suppen. 53 G

MAGGI'S
Bouillon-Kapseln
zu 15 u. 10 Rp. geben augenblicklich, nur mit siedendem Wasser übergossen, eine vorzügliche Kraftbrühe.

Chamer Milch
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhöe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

TORIL
Schutzmarke.

Fleisch-Extract
übertrifft an Nährkraft und Wohlgeschmack die Liebig'schen Extracte und ist in allen besseren Drogen-, Delicatessen- und Colonialwaaren-Handlungen zu haben.

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend kräftig, ergiebig und haltbar
Originalpackung

	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität
Souchong Fr. 4.— per ½ kg
Kongou „ 4.— „
Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.
Carl Osswald, Winterthur.
Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 82 G

„Ulricus"
— Heilung —
Ulricus-Wasser
stark alkal. eisenhaltiger Natron Säuerling.
In allen Apoth. u. Mineralwasserhandlungen od. direct. durch d. Verwaltung d. Passugger Heilquellen A. G., Passugg.
bei Störungen d. Verdauungsorgane, Verschleimung jeder Art, Erkrankungen der Nieren, Blase, Leber u. Gallenwege, Fettsucht u. Zuckerharnruhr, verspricht eine Kur mit
Passugger
Passugg
bei Chur
72 G

Abstinenz-Sanatorium am Untersee (Schweiz)
in **Ermatingen** **„Schloss Hard"**

Behandlung Alkoholkranker, sowie aller solcher Nervenleidenden, bei denen die Enthaltung von geistigen Getränken zu fordern ist.

Prächtige Gesellschaftsräume, Wintergärten, gedeckte Terrassen, Billard, Kegelbahn, Schützenstand, Turn- und Fechtsaal. Modernste Badeinrichtungen, grosser, romantischer Park, Gelegenheit zu jeglichem Land- und Wassersport. — O F 8365 —

Individualisierende und methodische Beschäftigung der Patienten. Heilgymnastik. Suggestivtherapie.

Mitglieder der Expertenkommission und des Verwaltungsrates: Unter andern die Herren Prof. Dr. Forel, Chigny, Prof. Dr. von Speyr, Bern, Prof. Dr. Bleuler, Zürich, Direktor Frank, Münsterlingen.

Prospekte und nähere Auskunft sind zu erhalten durch den Direktor der Anstalt **Dr. Liebetanz.**

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1889.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 97 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation.

Frauen u. Töchter die an der Trunksucht leiden, finden freundl. Aufnahme in der Trinkerinnenheilstätte
Blumenau-Steg **TÖSSTHAL Kt. Zürich.**
Hausarzt: Herr Dr. med. Spörri. 54 Siméon Diener, Hausvater.

Digitized by Google

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Zürich, den 1. Februar 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 2

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.

Insertionspreis: Die kleine Nompareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Trostspruch. — Die gesundheitliche Bedeutung der Kinderkrippen. — Gemütvolle Krankenpflege. — Falsche Sparsamkeit mit Rücksicht auf Gesundheitspflege. — Uebertragungen von Ansteckungskrankheiten durch Bücher. — Nährwert der Magermilch. — Mund zu! — Mahnung eines Säufers an einen Wirt: eine Szene aus dem Leben. — Ein gestrenger Schenkwirt. — Gute Gewohnheiten. — Das Thermometer der Kindsmagd. — Gesundheitszustand im Monat Dezember 1899. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Dezember 1899 in Zürich Verstorbenen. — Witterung im Dezember 1899. — Hausaufgaben der Schulkinder bei Dämmerlicht. — Neue Litteratur über Gesundheitspflege. — Inserate.

Trostspruch.

Ob es auch rauh und dröhnend
Oft unser Haupt umweht:
Der ist nicht wert der Ruhe,
Der nicht im Sturm besteht!

Und scheint die Not und Trübsal
Der Menschen noch so schwer:
Stets wird des Schlechten weniger
Und wird des Guten mehr!

Friedr. Bodenstedt.

Die gesundheitliche Bedeutung der Kinderkrippen.

Im Februar veranstaltet die fleißige und regsame Sektion Zürich des schweizerischen gemeinnützigen Frauenvereins ein Krippenfest. Was soll das heißen, wird der nichtstädtische Leser fragen? Ein Krippenfest ist ein Wohlthätigkeitsbazar für die Kinderkrippen, welche nicht bloß in der werdenden Großstadt Zürich seit einigen Jahren ihre segensreiche Aufgabe erfüllen und eine stille aber fruchtbare Thätigkeit im gesundheitlichen und erziehlichen Interesse der ihnen anvertrauten Kleinen unter der Obhut mehrerer „Schwestern" entfalten, sondern auch in gar manchen anderen Städten und industriereichen ländlichen Ortschaften der Schweiz gegründet worden sind. Wir wollen hoffen, die am Wohlthun Freude empfindende Bevölkerung von Zürich nehme auch am nächsten Krippenfest in der Tonhalle wieder recht lebhaften Anteil und lasse am Bazar wie an den sonstigen Veranstaltungen zu Gunsten der zwei städtischen, der

Digitized by Google

Unterstützung noch immer sehr bedürftigen Kinderanstalten manches Fränklein in die Wohlfahrtskasse zu Gunsten der armen Familien und ihrer den genannten Instituten vertrauensvoll zur Besorgung anvertrauten Kleinen fließen. Sie verdienen auch das Interesse des Publikums in vollem Maße und man darf mit gutem Gewissen sagen, daß die zürcherischen Kinderkrippen seit sie in eigenen Häusern mit Garten und freien Plätzen für Luftkur, Besonnung und Bewegung der Pfleglinge untergebracht wurden, der Aufmerksamkeit und finanziellen Mithilfe des wohlhabenderen Teiles der Einwohnerschaft wohl wert und würdig sind. Möge darum jedermann am wohlvorbereiteten nächsten Krippenfeste nach dem Bibelworte fühlen und handeln: Was ihr einem der geringsten unter meinen Brüdern gethan habt, das habt ihr mir, der Verkörperung der Nächstenliebe, gethan! Aus der Erinnerung an das erste bescheidene Lager des Weltheilandes ist ja auch der Name der Kinderkrippe entlehnt.

Wenn auch die Kinderkrippen mit ihrer Massenverpflegung nur ein Notbehelf sind für die mangelnde Familienpflege und wenn wir es im Interesse des immer mehr abhanden kommenden solidarischen und soliden Familiengeistes bedauern, daß die mißlichen sozialen Zustände des Stadtlebens, die Industriearbeit, der stets schwieriger sich gestaltende Kampf um ordentliche Existenz nicht nur den Mann und Vater, sondern ebenfalls die Frau und Mutter in der Herbeischaffung des täglichen Brotes und neben dem vor allem des übertrieben hohen Wohnungsmietzinses außerhalb von Haus und Herd anspannen, so müssen eben als Gegengewichte für solche bedenkliche Auswüchse des Gesellschaftslebens Anstalten gegründet und unterhalten werden wie Kinderkrippen und Kindergärten, Knaben- und Mädchenhorte 2c. Es wäre thöricht, ob dem Jammer, daß wir uns immer mehr von den natürlichen Verhältnissen entfernten und unnatürlichen zusteuerten, einfach die Hände bequem und müßig in den Schoß zu legen mit dem manchesterlichen Achselzucken des laisser faire, laisser aller und mit dem heuchlerischen Pharisäer- und Philistermotto: Soll ich meines Bruders Hüter sein? Man muß sich, so mangelhaft es auch sein mag, auf der andern Seite doch auch wieder freuen, daß der sinnende Menschengeist und die sorgende Menschenliebe gegen ein soziales Uebel ein notwendiges Korrektiv oder Surrogat ausfindig machen, unter Entfesselung der philanthropischen Kräfte des Gemeinwohlgeistes mancherlei Wohlfahrtseinrichtungen ins Leben rufen und trotz aller ökonomischen Schwierigkeiten hauptsächlich durch die Privathülfe über Wasser halten. Zu solchen sozialgesundheitlichen Schöpfungen gehören auch die Kinderkrippen, über deren Verbreitung in der ganzen Schweiz, über deren Leistungen und Nöten einmal eine genauere statistische und anderweitige Untersuchung veranstaltet und veröffentlicht werden sollte. Es wäre hier ein dankbares Thema für eine Doktordissertation.

Als Krippenarzt in Zürich freut sich der Schreiber dieser Zeilen, Interessenten — und für größere Fabrikorte, auch auf dem Lande, mit gemischter Arbeiterbevölkerung, wo Vater und Mutter der nämlichen Familie in die Fabrik gehen, dürfte es bei uns noch gar manche solche geben — auf ein vortreffliches Schriftchen von Dr. Hagenbach-Burckhardt, Professor der Kinderheilkunde an der Universität in Basel über die Krippen und ihre hygienische (gesundheitliche) Bedeutung aufmerksam zu machen.*) Der Verfasser sagt im Vorworte, und wir unterschreiben dies, gestützt auf unsere reichen Beobachtungen auf dem gleichen dankbaren Gebiete des Kinderschutzes, aus voller Ueberzeugung, daß er als langjähriger Freund des Krippenwesens sich zur Genüge zu überzeugen Gelegenheit hatte, welcher Nutzen durch diese Institute für die Säuglingswelt gestiftet werden könne. (In den Zürcher Krippen werden Kinder

*) Erschienen im Jahre 1899 im Verlage von Gustav Fischer in Jena. 35 S. Nur 1 Franken.

Digitized by Google

von der 4., resp. 6. Lebenswoche an, je nach Sommer oder Winter, bis zum Ende des vierten Jahres aufgenommen, also bis unmittelbar vor dem Eintritt in die Kindergärten, wenn die Eltern diesen wollen. Sie sind also nicht nur für die Säuglingswelt nützlich, sondern dienen auch älteren Kindern und haben demgemäß zwei Abteilungen unter je einer Schwester.) Prof. Hagenbach war es darum zu thun, den sehr abweichenden Anschauungen über den Wert der Kinderkrippen, die auf schlimmen Resultaten infolge von ungenügenden Einrichtungen und unzweckmäßiger Pflege basieren und ganz besonders in Deutschland sogar unter Aerzten verbreitet sind (Vorurteil, Abneigung und Unkenntnis mögen auch mit im Spiele sein, Red.) entgegenzutreten.

Die dem geschätzten und erfahrenen Kinderarzt am Herzen liegende wichtige Angelegenheit, die heutigen Krippen mit ihren guten sanitarischen Einrichtungen und Pflegebedingungen gegen unverdiente Angriffe zu schützen und denselben Freunde zu gewinnen, ist ihm, wie das Studium seines bemerkenswerten Schriftchens lehrt, in trefflicher Weise gelungen. Er hat darin seine reichen Beobachtungen über die Krippen in Basel gehörig verwertet. Möge dasselbe auch in unserem Lande, wo das Krippenwesen sich steigenden Interesses erfreut, die verdiente Beachtung finden. Wir werden die geschätzte Verlagsbuchhandlung bitten, für den bevorstehenden Krippenbazar und das in allen Räumen der Zürcher Tonhalle stattfindende Krippenwohlthätigkeitsfest eine Anzahl Exemplare des vorzüglichen aufklärenden Produktes aus der Feder des genannten einheimischen kompetenten Krippenkenners und -protektors gratis oder zu reduziertem Preis zur Verfügung zu stellen. Mancher Menschen- und Kinderfreund dürfte es dann wohl gerne, wenn es ihm von schöner Hand angeboten wird, auch zu einem höheren, als dem gewöhnlichen Ladenpreise, kaufen — hier heiligt der Zweck das Mittel — und sich für das liebenswürdige Werk zu Schutz und Nutz der Unbemittelten erwärmen. Auch er wird die Ueberzeugung gewinnen, wenn er die Broschüre gelesen und reiflich über ihren Gegenstand nachgedacht hat, daß in der That mit gesund eingerichteten Krippen — und nur solche haben, wie wir scharf betonen, vor dem Forum der öffentlichen Gesundheits- und Wohlfahrtspflege Existenzberechtigung — ein großer Segen gestiftet wird. Möge der freundliche Leser oder die kinderliebende Leserin die litterarisch gewonnene Belehrung noch durch lebendigen Anschauungsunterricht bei persönlichem Besuch in einer der Kinderkrippen — bitte nur, keine nervösen Ohren mitzubringen — ergänzen! Freundliche Visiten sind stets willkommen, ein Besuchseinschreibebuch ist auch vorhanden, und selbst einem Griesgram, genannt Misanthrop, grünt bei der Betrachtung des fröhlichen Bildes aus dem Kinderkrippenleben das Herz wieder neu.

C.

Gemütvolle Krankenpflege.

Bei der Krankenpflege, sowohl in Haus und Familie wie in Spital und Asyl, spielt das Gemüt eine weit größere Rolle als man gewöhnlich annimmt, in nützlicher und in schädlicher Weise. Einem Kranken wohlthuende Eindrücke für seine Gemütsverfassung und Seelenstimmung verschaffen, heißt seine Heilung fördern und seine Genesung beschleunigen. Nicht umsonst hat man im Laufe der letzten Jahre einen besonderen Zweig der Krankenpflege immer mehr ausgebildet, welcher den Komfort, die Behaglichkeit der Leidenden zum Zwecke hat. Und welcher Mensch ist des Komfortes, der Bequemlichkeit und der Erleichterung seiner Lage bedürftiger, als gerade ein Patient, zumal der arme, durch die Not des Lebens und des Leidens doppelt und dreifach gedrückte? Nicht leicht macht nun in gemütlicher Beziehung auf

Digitized by Google

Patienten etwas einen freundlicheren, die Hoffnung mehr belebenden Eindruck, als Spenden aus dem lieblichen Reiche der Blumen. Blumen sind in der Krankenpflege, was dem müden Wanderer in der Wüste eine Oase ist. Ihre bunte Farben- und Formenpracht, ihre zarte Schönheit, ihr balsamischer Duft, all das träufelt einen wahren Wunderbalsam in das oft so verzagende Herz des in langer, schwerer Krankheitsqual Dahinwelkenden. Und es ist nicht bloß die Aug' und Gemüt erfreuende Gabe an sich und der damit geschehende Schmuck des Krankenzimmers, es kommen noch undefinierbare ethische Momente bei solchem Geben und Schmücken durch liebe Anverwandte, Freunde oder sonstige teilnahmsvolle Menschen in Betracht, welche in die Seele des Patienten hineinleuchten wie das Morgenrot einer besseren Zeit und fröhlichen Zukunft. Das wirkt als ein rechter Anker der Hoffnung, als eine sittliche Medizin des Vertrauens und die Stärke im Dulden wird dadurch vermehrt. Wiederholen sich solche zarte Aufmerksamkeiten während eines langen Krankenlagers, so predigt jedesmal der stumme Blumenstrauß dem armen Lazarus: „Wer ausharret, wird gekrönt" und hebt seinen moralischen Mut, seine fromme und frohe Zuversicht, damit aber auch die physische Kraft des Herzens und der Nerven, der Krankheit mit Hilfe des Arztes und der Pflegepersonen eher und bälder Herr zu werden.

So ein gemütvolles Institut zur Vermehrung des Komfortes in der Krankenpflege ist der seit drei Jahren in Zürich bestehende Blumenverein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, Kranke in Asylen und Spitälern durch Blumenspenden zu trösten und zu erfreuen. Der Verein ist von in der Stadt lebenden Engländern gegründet worden, welche diese schöne Sitte aus ihrem Heimatlande dorthin verpflanzt haben, wo sie auch rasch Anklang fand. Der Verein hat im letzten Jahre in zürcherischen Krankenanstalten 127 Besuche ausgeführt und dabei 8322 Blumensträußchen und eine Menge anderer Gaben an die Kranken verteilt. Die Totalausgaben für Blumen betrugen 431 Fr., wozu noch 200 Fr. für Anschaffung von kleinen Blumenvasen kommen, die ebenfalls verteilt werden. Eine besonders schöne Ueberraschung hat der Verein den Kranken in der letzten Weihnachtszeit gemacht, bei welcher Gelegenheit 1000 Vasen und 1530 andere Geschenke zur Verteilung kamen. Wie mancher Sonnenstrahl blickte dabei auf das Dasein der vielen, oft fern von Heimat und Freunden darniederliegenden Kranken!

Solche Komfortvermehrung und gemütvolle Förderung der Krankenwohlfahrt ließe sich, wenigstens in der blumenreichen Zeit, überall einführen auch mit Rücksicht auf die Kranken außerhalb der Spitäler. Diejenigen in den Anstalten sind ja in vielen Beziehungen besser daran, als die Armen, welche das Unglück haben, in dumpfen Mietwohnungen bei dürftigster Privatpflege bettlägerig krank sein zu müssen. Solchen Leuten ebenfalls Lichtstrahlen in das Dunkel ihres Leidens hineinzuwerfen, wäre eine dankbare Aufgabe. Aerzte, Pfarrer und Wohlhabende fänden hier noch ein schönes Feld für die Förderung des Krankenkomfortes.

Falsche Sparsamkeit mit Rücksicht auf Gesundheitspflege.

(Eine Betrachtung vom Lande.)

An der rechten Stelle zu sparen ist eine Kunst, die von hundert Menschen kaum einer versteht. Sehr wenig hat der Bauer diese Kunst inne. Das klingt unwahrscheinlich, denn der Bauer betrachtet sonst die Sparsamkeit gewissermaßen als seinen Lebenszweck. Aber Geld zusammenscharren ist noch keine Sparsamkeit. Ein Landwirt, der sein Gut ständig vergrößert und seine Kinder liederlich aufwachsen läßt, gilt nur bei seinesgleichen als sparsam, in Wirk-

Digitized by Google

lichkeit ist er ein Verschwender. Was er zusammenscharrt, werden schon seine nächsten Nachkommen wieder auseinanderbringen und wahrscheinlich noch Moral und Ansehen dabei verlieren.

Uns sind wohlhabende Bauern bekannt, die sich mit ihrer Familie aus Sparsamkeit schlechter als dürftig ernähren. Dadurch ist ihre Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten so gering, daß sie im Jahr für Doktor, Apotheker und Kurpfuscher noch einmal so viel Geld ausgeben müssen, als eine kräftige Ernährung kosten würde. Es gibt Bauern genug, die im Winter ängstlich Fenster und Thüren schließen, um Feuerung zu sparen, die ihnen fast nichts kostet und in hohen Haufen in Hof und Schuppen aufgestapelt ist. Kein Hauch frischer Luft darf in die Wohnräume dringen, selbst die Thüre wird beim Herein- und Hinausgehen nur so weit, als es unbedingt notwendig ist, geöffnet. Für das, was in diesen Räumen eingeatmet wird, ist die Bezeichnung „Luft" nicht mehr zutreffend; es ist ein mixtum compositum von allen möglichen ekelhaften Stoffen, Krankheitskeimen 2c., höchst widerlich für jeden Menschen, der sich darauf besinnt, daß derartige „Luft" für die Lunge etwa das bedeutet, was Kloakenwasser für den Magen ist. Der „sparsame" Bauer denkt daran nicht. Wenn derartigen Leuten ein Stück Vieh nicht frißt, so schicken sie sehr bald zum richtigen Tierarzt, werden die Kinder oder die Frau blaß und siech, so geschieht zunächst nichts. Wird das Uebel dadurch nicht besser, so wendet man vielleicht Hausmittel an, oder eine weise Frau, oder ein kluger Gevatter, oder Kurpfuscher (bei uns die im Kanton Glarus hauptsächlich, Red.) werden um Rat gefragt. Ist alles vergeblich, so schickt man endlich zum wissenschaftlich gebildeten Arzt, der vielleicht täglich auf seinen Besuchsgängen am Bauernhause vorübergeht. Inzwischen hat aber die Krankheit vielleicht den ganzen Körper unterjocht. Der sparsame Bauer zahlt zehnmal so viel als es ihm gekostet haben würde, hätte er sofort an die richtige Schmiede geschickt. Vielfach behält er auch noch eine sieche Frau oder sieche und verkrüppelte Kinder. Man überschätze die Gesundheit auf dem Lande nicht. Ein sehr großer Bruchteil der Bäuerinnen und ländlichen Arbeiterfrauen ist ernstlich krank. Vielleicht ist die Gruppe der sogenannten Frauenkrankheiten bei ihnen ebenso stark vertreten wie bei den Großstädterinnen. Was bei diesen das Korsett, thörichte Erziehung und ein übertriebenes Gesellschaftsleben zustande bringt, ist bei den Dorffrauen auf harte Arbeit, unpraktische Ernährung, in jeder Richtung mangelnde Körperpflege und besonders auf die geringe Schonung nach Geburten zurückzuführen. Der sparsame Bauer freut sich seiner fleißigen Frau, die jedoch nach einigen Jahren zu einer siechen Frau wird. Jeder Landarzt hat auf diesem Gebiete geradezu erschütternde Erfahrungen gemacht.

Sparsamkeit an der unrechten Stelle kann zum Fluch werden. Kürzlich brannte es in meiner Nachbarschaft. Einem kleinen Bauer ist die mit der reichen Ernte des vorigen Herbstes vollgepfropfte Scheune und ein Schuppen mit Wagen und Gerätschaften in Flammen aufgegangen. Der Mann ist sein Lebtag ein „sparsamer" Wirtschafter gewesen; er hat daher auch die geringe Prämie für Feuerversicherung „gespart". Jetzt liegt seine Ernte in Asche; das vielhundertfache der Prämie hat er verloren. Ein anderer Nachbar pflanzte im vorigen Herbst Obstbäume. Das geschah gleichfalls in der bei Bauern üblichen „sparsamen" Weise. Es wird ein halbwegs tiefes Loch in den Boden gemacht und der Baum hineingesteckt. Natürlich wächst er nicht; er krüppelt wie ein Mensch in verdorbener Luft, bei dürftiger Nahrung und völlig mangelnder Körperpflege. Derartige Bauern wundern sich dann später, daß ihre Obstbäume nicht fortkommen und sie machen ungläubige Gesichter, wenn sie von den großen Gelderträgen der Obstzucht in anderen Gegenden hören. Oft ist die Bauernbutter so übelschmeckend, daß sie kaum verkauft werden kann. Der Fachmann weiß, daß der Grund auch wiederum,

Digitized by Google

zum Teil wenigstens, in einer schlecht angebrachten Sparsamkeit zu suchen ist. Die Milch muß eine gewisse Wärme haben. Da der sparsame Bauer jedoch in der Milchkammer nicht heizen will, so setzt er im Winter die vollen Milchgefäße in den stickigen Wohnraum. Natürlich muß solche Butter billiger als wohlschmeckende verkauft werden. Auch im übrigen Wirtschaftsbetriebe, bei der Viehzucht, wie in der Feldbestellung, spielt die am falschen Orte angewendete Sparsamkeit dem Bauer oft übel mit.

Es ließe sich ein langes Kapitel darüber schreiben. Das Vorstehende genügt jedoch, um zu beweisen, daß Sparsamkeit ohne Einsicht oft ebenso schlimme Folgen haben kann, wie planlose Verschwendung. Natürlich sparen nicht alle Bauern am falschen Fleck. Klugheit und Sparsamkeit gehen auch auf dem Lande viel Hand in Hand. Ob ebenso oft wie in der Stadt — wer kann das ermessen? (Volkswohl.)

Uebertragungen von Ansteckungskrankheiten durch Bücher.

Von einem Leser der „Gesundheitsblätter" ist folgende Frage an uns gerichtet worden:

„Sind schon Verschleppungen und Uebertragungen von ansteckenden Krankheiten durch Bücher aus Jugend- und Volksbibliotheken oder durch zirkulierende Schriften in Lesemappen unzweifelhaft konstatiert worden? Wenn ja, bei welchen Krankheiten? Welche bewährte Vorsichtsmaßregeln werden von ärztlicher Seite empfohlen zur Vermeidung der Ansteckungsgefahr?

Die Antwort darauf lautet folgendermaßen:

Ganz unzweifelhafte Fälle von Uebertragungen infektiöser (ansteckender) Krankheiten, also hauptsächlich von Masern, Scharlachfieber, Diphtherie, Keuchhusten, Pocken, Nervenfieber (Typhus), Cholera, Pest, Tuberkulose auf dem angefragten Wege sind unseres Wissens mit absoluter Sicherheit noch keine nachgewiesen, so nahe die theoretische Möglichkeit auch liegt. Aber selbst, wo es sich um einen dringenden Verdacht für die erwähnte Ursprungsquelle handelt, ist der strikte Beweis angesichts der Unsichtbarkeit der Ansteckungsstoffe (Keime) wegen ihrer mikroskopischen Kleinheit nicht zu erbringen. Bei einigen Infektionskrankheiten, wie Masern und Scharlach, kennt man auch das Gift noch gar nicht. Die Möglichkeit einer Gefahr für Verbreitung von ansteckenden Krankheiten durch Bücher und Zeitungen aus Bibliotheken und Lesemappen, wenn sie in den Händen eines damit Behafteten waren, ist ja zuzugeben, aber in praxi wohl kaum sehr hoch anzuschlagen, sonst würden die Fälle noch weit zahlreicher und die Beobachtungen einigermaßen beweisender Infektion durch jene vermittelnden Objekte sicherer sein. Die Sache ist eben viel schwieriger unumstößlich fest zu entscheiden, als man im Publikum gewöhnlich meint. Wir wollen an der Hand der Litteratur und der vorgeschlagenen Verhütungsmittel (namentlich Desinfektion der Bücher) die delikate Frage demnächst einmal im Zusammenhang zum Gegenstande eines ausführlichen Artikels machen. Dieselbe ist übrigens in früheren Jahrgängen dieser Blätter schon mehrmals in Kürze gestreift worden (Jahrgang 1882, S. 34: Desinfektion von Leihbibliotheken; 1886, S. 224: Desinfektion von Büchern; 1888, S. 224: Verbreitung von Ansteckungskeimen durch Leihbibliotheken; 1889, S. 206: Desinfektion von Büchern; 1895, S. 9: Leihbibliotheken und ansteckende Krankheiten; 1897, S. 325: Uebertragung von Krankheitskeimen durch Bücher).

Digitized by Google

Nährwert der Magermilch.

Magermilch (abgerahmte Milch) ist eines der billigsten und ein sehr angenehm schmeckendes Nahrungsmittel. Irrtümlich meint man oft, mit dem Rahm sei das wertvollste Material der Milch entzogen, vergißt dabei aber, daß besonders in der süßen Magermilch der gesamte Käsestoff (das Kasein), der Milchzucker und die Nährsalze enthalten sind. Es fehlt also nur das Fett, aus dem Butter (Anken) gemacht wird, das man aber z. B. durch Butterbrot zur Milch mit Leichtigkeit wieder ersetzen kann. In keinem andern Nahrungsmittel können wir das stickstoffhaltige Eiweiß (wozu als besondere Art auch das Kasein, der Käsestoff der Milch gehört) und die stickstofffreien Nährstoffe so billig erhalten, wie in der Magermilch. Sie sollte deshalb weit mehr, als es bisher geschehen, in der Volksernährung verwendet werden. Die Kartoffelnahrung unserer ärmeren Bevölkerung würde durch die Magermilch mit ihrem hohen Gehalt an Eiweiß und an phosphorsauren Salzen eine billige und gute Ergänzung finden, im Interesse der Knochen- und Muskelbildung der Jungmannschaft und erhöhten Leistungsfähigkeit der Erwachsenen.

Volkart, Koch-, Haushaltungs- und Gesundheitsbüchlein. (Ein im Verlag von Coradi-Stahl in Zürich schon 1898 erschienener und der weiblichen Jugend gewidmeter trefflicher, 351 Seiten starker Leitfaden für Koch-, Haushaltungs- und Töchterfortbildungsschulen, den wir als reiche Quelle praktisch-nützlicher Belehrung bestens empfehlen.)

Mund zu!

Ein alter sprichwörtlicher Reim sagt: „Offen die Nase, zu den Mund, das hält den Körper frisch und gesund!" Die Richtigkeit dieses Satzes ist durch die Ergebnisse der wissenschaftlichen Gesundheitslehre vollwichtig bestätigt. Doch wird noch immer vielfach gegen diese Lehre verstoßen. In der frühesten Kindheit pflegt der Fehler bereits gemacht zu werden. Daher erscheint es notwendig, daß die Erziehung in Haus und Schule schon früh das Kind auf die großen gesundheitlichen Nachteile hinweist, welche die Mundatmung im Gefolge hat. Die Eltern sollen die Kinder stets anhalten, nur durch die Nase zu atmen, und der Lehrer darf nicht dulden, daß ein Schüler während des Unterrichts mit offenem Munde dasitzt. Man soll die Kinder darauf hinweisen, daß die Nase der richtige Luftweg ist. Sie wärmt einesteils die einströmende Luft vor und hindert so, daß, namentlich im Winter, der kalte Strom sich unmittelbar auf die zarten Schleimhäute des Halses und der Luftröhre wirft, wodurch manche Erkältung der Atmungsorgane ferngehalten wird. Sodann wirkt die Nase auch als Filter, indem sie die der Luft anhaftenden Staubgebilde und dergleichen schädliche Beimengungen festhält. Hat man sich durch schnelles Gehen, Laufen oder Steigen erhitzt, dann gilt besonders die Mahnung: Mund zu! Ebenso auch für die spielende, schlittschuhlaufende, schwimmende und dergleichen gesundheitsdienlichen Sport treibende Jugend.

(Mitteilungen des Frankfurter Samariter-Vereins.)

Mahnung eines Säufers an einen Wirt: eine Szene aus dem Leben.

Ein Mann kam in eine Wirtschaft und verlangte zu trinken. Nein, sagte der Wirt, Sie haben an delirium tremens (Säuferwahnsinn) gelitten, mein Gewissen verbietet es mir, Sie zu bewirten. Da traten zwei junge Leute ein. Freundlich grüßend wies der Wirt ihnen

Digitized by Google

Plätze an, drückte jedem die Hand, frug höflich, was sie wünschten, brachte zu trinken und fing mit ihnen an zu plaudern und zu scherzen. Der andere war an der Thüre stehen geblieben, nachdenklich und stumm. Als nun der Wirt sich anschickte, seinen jungen Gästen nochmals Wein zu holen, trat er auf ihn zu: Herr Wirt, vor sechs Jahren war ich gesund und froh wie diese da; ich saß am gleichen Tische; Sie haben mich bewirtet und zum Trinken aufgemuntert; hier bin ich zum Trinker geworden. Der einzige Sohn meiner Eltern, war ich ihr Stolz und ihre Hoffnung; jetzt ist mein Leben gebrochen, ich bin ein Lump, zerrüttet und elend an Körper und Geist. Vollenden Sie Ihr Werk und geben Sie mir zu trinken, damit ich sterben kann und die Welt einen Säufer los wird. Aber im Namen des Himmels beschwöre ich sie, geben Sie diesen jungen Leuten da nichts mehr, die können gerettet werden!

Ein gestrenger Schenkwirt.

Der Musterbauer Kleinjogg führte neben seiner Landwirtschaft die einzige Weinschenke des Dorfes. Er verabfolgte aber keinem der Gäste mehr als einen Schoppen Wein. Manch einer ärgerte sich darüber und blieb nach und nach ganz weg.

Frau und Schwägerin machten dem guten Kleinjogg deswegen bittere Vorwürfe. „Sagten wir nicht schon lange, daß du mit deinen wunderlichen Einfällen noch die ganze Haushaltung zu Grunde richten wirst? Schon lange sind wir jedermann zum Gespött, da du in allen Dingen von den Sitten und Gewohnheiten unserer frommen Alten abweichst; jetzt siehst du die Früchte deines Eigensinns."

„Fasset euch, liebe Mütter," erwiderte Kleinjogg. „Hat es denn unsern Kindern bis jetzt an etwas gemangelt? Sollen wir Hand bieten, daß Leute bei uns sich der Schwelgerei und Liederlichkeit ergeben, und daß unsere Kinder ein böses Beispiel daran nehmen?"

Kleinjogg hielt auch fürderhin mit aller Entschiedenheit an seinem Entschlusse fest.

Gute Gewohnheiten.

Gewohnheit heißt die große Lenkerin des Lebens; daher sollten wir uns auf alle Weise bestreben, uns gute und gesunde Gewohnheiten einzuimpfen. Baco.

Das Thermometer der Kindsmagd.

Arzt: „Sie müssen vor allem ein Thermometer für das Kindsbad anschaffen!" — Kindsmagd: „Zu was braucht man denn da erst einen Thermometer; wird 's Kind blau, so ist's Wasser zu kalt, und wird 's Kind rot, so ist's Wasser zu warm!"

Gesundheitszustand im Monat Dezember 1899.

Im Vergleich zum November bietet uns der Dezember ein völlig umgekehrtes Bild von den Sterblichkeitsverhältnissen. Während der November durch seine einzig dastehenden, günstigen Resultate sich hervorthat, steigt im Monat Dezember nun plötzlich die Sterblichkeit um ein gewaltiges hinauf.

In den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz ist dieselbe von 12,5 ‰ auf 17,2 ‰ gestiegen und auf dieser Höhe wird sie im Laufe des Jahres 1899 nur durch die Sterblich-

Digitized by Google

keit im März (17,5) und diejenige im April (18,4) übertroffen. Trotz der imposanten Differenz von 4,7 °/₀₀ kommt dieser Zahl von 17,2 °/₀₀ aber keineswegs eine so schlechte Bedeutung zu; denn die Sterblichkeit in den 15 größten Ortschaften hat in den letzten zehn Jahren nicht selten diese Zahl überschritten und ist sogar mehrmals um mehrere Promille höher gestiegen. Erfahren wir doch aus dem Jahre 1893, daß dieselbe im Dezember 21,1 °/₀₀ erreicht hat.

Die Zahl der Geburten beträgt im Laufe des Dezember 28,3 °/₀₀, so daß sich ein Ueberschuß an Geburten gegenüber der Todesfälle von 11,1 °/₀₀ ergiebt. Da ein Ueberschuß von 10,0 °/₀₀ im allgemeinen als das Ergebnis von normalen Verhältnissen betrachtet wird, so ist somit trotz des großen Anwachsens der Sterblichkeit das Endresultat für den Monat Dezember in den 15 größten Ortschaften der Schweiz keineswegs ein so verzweifeltes.

Die Stadt Zürich hat 270 Todesfälle, gegenüber 160 im verflossenen Monat November. Nach Abzug der 13 Totgebornen bleiben noch 257 Todesfälle, welche der Berechnung zu Grunde liegen. Aus denselben erhalten wir auf 160 000 Einwohner und für das ganze Jahr als Grundlage rechnend 18,9 °/₀₀ Mortalität. Während wir im letzten Monate eine bisher noch nie erreichte kleine Sterblichkeit in der Stadt Zürich gehabt hatten (11,1 °/₀₀), sehen wir so plötzlich die Sterblichkeit im Monat Dezember auf die Zahl von 18,9 °/₀₀ hinaufschnellen. Im Laufe des Jahres 1899 stieg die Mortalität nur zwei Mal auf über 16,0 °/₀₀ (Februar 16,4, April 17,1); im September erreichte sie allein infolge der großen Zahl von Kinderdiarrhoen mit tötlichem Ausgang die Zahl 15,9 °/₀₀. In dem Berichtmonat erhalten wir nun plötzlich die außergewöhnliche Mortalität von 18,9 °/₀₀. Es ist dies wohl eine von den ungünstigsten Zahlen über die Sterblichkeitsverhältnisse in den letzten Jahren, sowohl für den Dezember im speziellen als im allgemeinen. Ein gewisser Trost kann für uns höchstens darin liegen, daß noch im Jahre 1886 über die Sterblichkeit des Dezember berichtet werden mußte: „Eine Durchschnittssterblichkeit von 20,2 °/₀₀ im Dezember ist immer noch eine sehr günstige und läßt auf normale Gesundheitsverhältnisse schließen." Eine etwelche Besserung scheint also trotzdem in den letzten 14 Jahren eingetreten zu sein. —

Gehen wir den Ursachen dieser bösen Verschlimmerung vom November zum Dezember nach, so zeigt eine Vergleichung der Mortalitäts-Tabellen, daß bei einer ganzen Anzahl von Krankheiten eine beträchtliche Vermehrung der Todesfälle konstatiert werden muß. Vielleicht mehr vom Zufall abhängig ist einmal die Zunahme der Todesfälle der kurz nach der Geburt Gestorbenen von 16 im November auf 35 im Dezember. Dann kommt die Reihe der Todesfälle, welche der Masernepidemie zum Opfer gefallen sind und welche die große Zahl von 20 erreicht. Alle diese Todesfälle betreffen Kinder im 1. und 2. Lebensjahre mit Ausnahme eines einzigen, das 6½ Jahre alt ist; eine Thatsache, welche sich vollständig mit den Erfahrungen der letzten größern Masernepidemie in Zürich (1897/98) deckt. Beinahe ausschließlich sind diese Kinder Lungenentzündungen erlegen, welche als unmittelbare Folge der Masern entstanden sind. Daß so viele Kinder von dieser Komplikation der Masern, der Lungenentzündung, bedroht werden, hat seinen Grund darin, daß Masernepidemien in der kalten Jahreszeit immer für die Kinder der ersten Lebensjahre besonders gefährlich sind. Und bei so ungünstigen Verhältnissen, wie sie gerade dieses Jahr den Dezember mit seinem unaufhörlich wechselnden Temperatur- und Witterungs-Charakter auszeichneten, bei der zugleich um die Jahreswende herum besonders stark und rasch sich ausdehnenden Epidemie in der Stadt sind deshalb diese zwanzig Todesfälle infolge von Masernlungenentzündungen nicht so aufzufassen, daß wir es mit einer außerordentlichen Epidemie von besonders schwerem Charakter zu thun hätten.

Digitized by Google

Den gleichen ungünstigen Witterungsverhältnissen sind auch die deutlichen Zunahmen in den Sterblichkeitskolonnen für Lungenerkrankungen, sowohl bei den eigentlichen Lungenentzündungen als bei den übrigen Erkrankungen der Atmungsorgane, und insbesondere auch bei den Todesfällen infolge von Tuberkulose der verschiedenen Organe zuzuschreiben. Auch können wir den Tabellen entnehmen, daß eine bedeutend größere Zahl von älteren Leuten als im November verstorben sind, und auch dies werden wir wohl kaum besser erklären können, als daß auch hier das schwache Alter der Unbill des unbeständigen Wetters erlegen ist.

So läßt sich also die große Zunahme der Todesfälle allerdings erklärlich machen; aber eine solche Erklärung darf uns nicht befriedigen, denn ohne Zweifel wäre z. B. besonders bei kleinen Kindern so manches bei richtiger Pflege von Anbeginn der Masernerkrankung an zu retten gewesen. Aber die Anschauung, daß Masern eine ungefährliche Krankheit sei unter allen Umständen und daß ein Arzt zu beraten unnötig sei, herrscht heute noch so allgemein wie ehedem. Auch die Gesundheitsbehörde ist nicht imstande, besonders unter solchen Umständen, die Entwickelung einer Masernepidemie zu hemmen, da ja wohl kaum die Hälfte der sämtlichen Erkrankungen zur ärztlichen Behandlung gelangen und somit auch nicht angezeigt werden können. An eine Bekämpfung der Masern, die gewiß nicht zwecklos und unbegründet genannt werden kann, wenn die Stadt Zürich im Laufe eines Monates allein 20 Kinder dadurch verliert, ist aber wohl erst zu denken, wenn einmal in epidemiefreien Zeiten alle Masernfälle gewissenhaft angezeigt werden und isoliert werden können.

Außer dieser großen Masernepidemie in allen Kreisen der Stadt Zürich sind auch die Scharlacherkrankungen noch keineswegs im Abnehmen begriffen. Der Monat Dezember weist 51 Scharlacherkrankungen mit 1 Todesfall auf. Die Verbreitung ist eine ziemlich allgemeine über die ganze Stadt und hat man wie bei den Masern den Eindruck gewinnen müssen, daß entschieden um Weihnacht und Neujahr herum da und dort wieder neue Ansteckungen stattgefunden haben; wohl bei den verschiedenen Festlichkeiten jener Tage.

An verschiedenen anderen Stellen des Kantons Zürich ist der Scharlach im Zunehmen begriffen, so z. B. in Winterthur.

Ueber die epidemischen Krankheiten in der Schweiz ist mancherlei zu berichten. Die Diphtherie hat wie immer, sobald die rauhe, unfreundliche Jahreszeit sich etwas deutlich fühlbar macht, an Zahl der Erkrankungen bedeutend zugenommen. Von 632 Fällen sind dieselben auf 1132 gestiegen, wobei der Kanton Bern mit 400 das Hauptkontingent sowohl absolut als in Bezug auf Zunahme stellt. Besonders große Zahlen weisen noch Aargau und Waadt auf.

Ein besonders unheimlicher Kumpan ist uns in den Pocken erschienen. Seit anfangs Dezember sind aus Baselland und Baselstadt vereinzelte Fälle von Blattern bekannt geworden, deren Ursprungsstelle bis heute nicht klar geworden zu sein scheint; mehrere davon lassen sich aber unbestritten auf das Untersuchungsgefängnis in Basel, den Lohnhof, zurückführen. Anfangs des Jahres 1900 sind dann neue Fälle in Winterthur (1 Fall von Basel und drei weitere durch diesen angesteckte Pockenfälle) und 1 Fall in Zürich, auch in Basel infiziert, aufgetreten. Die neuesten Berichte melden wieder drei Fälle aus Baselland und drei aus Genf. Gegenwärtig ist nicht sicher vorauszusehen, ob die Ansteckungsherde gefunden und isoliert werden konnten oder ob noch weitere Blatternfälle zu erwarten sind.

Von der Pest in Europa sind gegenwärtig nur gute Nachrichten bekannt geworden und werden wir deshalb erst später wieder einläßlicher darüber berichten. A. M.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Dezember 1899 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	6	7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	7	13	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	20	15	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	20	15	35	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	8	1	.	.	.	5	8	13	
IV. Gewaltsamer Tod	.	.	1	.	.	.	1	.	2	1	1	.	.	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	7	1	8	Selbstmord 1, Unfall 7
V. Allgemeinkrankheiten	3	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	.	.	.	.	4	2	6	Zuckerharnruhr 2, Rachitis 3
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	2	5	6	7	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	9	12	21	
Diphtherie	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	3	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Croupöse Lungenentzündung	5	4	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	.	.	1	2	1	.	1	.	.	.	.	11	7	18	
Tuberkulose der Lungen	1	1	.	.	.	1	.	2	2	2	4	.	2	1	4	.	2	1	.	3	.	.	.	.	15	11	26	
„ anderer Organe	.	.	1	1	.	1	.	.	.	.	.	.	2	1	1	.	1	1	.	1	.	.	.	.	5	5	10	Hirnhautentzündung 3, Knochentuberkulose 4
Andere ansteck. Krankheiten	2	1	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	1	7	Keuchhusten 3, Gelenkrheumatismus 1, Rose 1, Syphilis 1
VII. Krankh. der Atmungsorgane	1	4	.	.	.	.	.	.	2	.	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	.	2	.	.	11	12	23	Katarrh. Lungenentzündung 6
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	1	.	.	.	.	.	2	2	.	.	1	2	2	3	1	8	3	4	1	2	.	.	11	21	32	Arterienverkalkung 4
IX. „ „ Verdauungsorg.	4	5	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	2	.	.	3	3	3	.	.	.	.	11	11	22	Kinderdiarrhoen 10, Leber- u. Magenkrebs 8
X. „ des Nervensystems	1	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	4	2	1	2	1	.	.	2	.	.	7	9	16	Hirnschlag 3
XI. „ der Harnorgane	.	1	.	1	1	.	.	.	.	1	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	3	6	Nierenentzündung 6
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	1	.	2	.	1	.	.	.	.	.	6	6	Gebärmutterkrebs 4
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	1	1	2	
XV. Unbekannte Todesursachen	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	3	.	3	
Total	48	46	12	9	2	2	1	2	8	8	11	3	12	5	15	8	13	21	13	23	2	6	.	.	137	133	270	

Digitized by Google

Witterung im Dezember 1899.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.												
		Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel						
								27—1	2—6	7—11	12—16	17—21	22—26	27—31
Zürich . .	493	—2.2	—1.4	10.4	30.	—14.2	11.	—0.1	2.2	—5.2	—8.0	—5.6	0.7	3.2
Basel . .	278	—1.2	—1.4	14.8	31.	—14.6	13.	1.9	2.2	—3.5	—9.0	—4.0	0.9	6.0
Neuchâtel .	488	—1.8	—1.6	11.6	31.	—13.6	11.	—0.2	1.9	—4.6	—7.3	—4.3	0.6	2.7
Genf . .	405	0.2	—0.5	13.1	30.	—9.8	12.	0.0	2.6	—2.0	—4.7	—2.1	2.1	5.3
Bern . .	572	—3.1	—1.7	9.7	31	—14.7	11.	—2.4	0.2	—5.8	—8.6	—5.1	0.1	1.2
Luzern . .	451	—2.0	—1.5	9.8	31.	—11.0	12.	—0.6	1.8	—3.8	—7.2	—4.8	0.5	1.7
St. Gallen	703	—3.1	—1.4	14.5	31.	—17.5	11.	0.1	1.3	—7.0	—9.7	—7.0	—0.1	4.1
Lugano. .	275	1.8	—0.4	17.8	6.	—5.6	11.	3.1	5.9	0.5	0.4	3.1	—0.3	1.4
Chur . .	610	—1.6	—1.0	10.6	31.	—13.2	11.	0.7	0.3	—4.9	—7.8	—2.4	—0.3	5.1
Davos . .	1557	—6.2	—0.1	7.0	1.	—21.6	11.	0.3	—2.6	—9.7	—11.6	—6.4	—5.4	—1.0

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	windstille.	mit starkem Wind.
Zürich . .	717.4	83	68	—6	80	8	3	0	7	1	20	24	3
Basel . . .	736.4	92	86	39	72	12	5	0	11	0	14	26	4
Neuchâtel .	717.7	89	53	—15	82	11	6	0	6	2	22	17	4
Genf . . .	724.7	85	33	—22	87	7	3	1	24	1	25	23	7
Bern . . .	710.1	84	47	—15	85	8	4	0	12	0	23	22	6
Luzern . .	721.2	85	79	19	90	11	6	0	5	0	24	31	0
St. Gallen .	698.9	84	100	31	75	13	8	0	12	1	17	21	3
Lugano . .	736.1	85	76	1	69	14	5	0	0	6	18	27	0
Chur . . .	706.9	90	57	10	56	11	10	0	3	6	9	20	3
Davos . .	627.9	80	58	—9	58	11	11	0	0	3	13	29	2

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 39, Basel 71, Bern 49, Genf 20, Lugano 66, Davos 72.

Der verflossene Dezember war ein vorwiegend trüber Monat und brachte die im Oktober und November nur spärlich gefallenen Niederschläge in reicherem Maße. Die Temperatur war bedeutenden Schwankungen unterworfen und blieb im Monatsmittel ca. $1^1/_2{}^0$ unter dem normalen Januarstand. Während Anfang und Schluß des Monats mild waren, erstreckte sich auf der Nordseite der Alpen vom 8. bis zum 23. eine Frostperiode, in welcher namentlich in den Tagen vom 10. bis 13. ungewöhnlich niedrige Thermometerstände (bis —14° und darunter) notiert wurden. Das trockene, in den tiefern Lagen neblige, in der Höhe sonnige Novemberwetter hielt nur noch bis zum 2. an. Dann trat unter dem Einfluß einer von Nordosten sich nach Zentraleuropa erstreckenden Depression trübes, regnerisches Wetter ein, in dessen Gefolge in der Nacht vom 7./8. der erste Schneefall des Winters in den Niederungen auftrat. Bei nördlichen Winden stellte sich dann der bereits erwähnte Frost ein. Unter dem Regime von Depressionen, die über dem Mittelmeer längere Zeit verharrten, fiel noch mehrmals Schnee, so daß eine allerdings nicht sehr beträchtliche Schneedecke auch das Flachland bis zum 27. einhüllte. Aber schon am Tage vor Weihnachten trat infolge der jetzt wieder von Nordwesten her sich einstellenden Depressionen Thauwetter mit Regen ein, wodurch die Schneedecke rasch zum Schmelzen kam. Ein sehr tiefes barometrisches Minimum, das am 29. südlich von Irland auftauchte, hatte auf der Nordseite der Alpen Föhn mit sehr milder Witterung im Gefolge. In der Nordwestschweiz wurden bei den dabei zeitweise stürmisch auftretenden südwestlichen Winden elektrische Entladungen mit Donner, also Wintergewitter beobachtet. Die Niederschlagsmenge überschritt in einem großen Teil des Landes, namentlich in der Nordwest- und Ostschweiz, die normale Dezembermenge. Die mittlere Bewölkung war allgemein größer als die durchschnittliche und die Sonnenscheindauer außer in Basel dementsprechend kleiner. Den geringsten Betrag weist dieselbe in Genf auf, wo die Witterung sehr neblig war.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Digitized by Google

Hausaufgaben der Schulkinder bei Dämmerlicht.

Bei Dämmerlicht ist allen Eltern, Lehrern und Erziehern dringend anzuempfehlen, ein Augenmerk auf die häuslichen Schularbeiten der Kinder zu richten. Dieselben sind zwar möglichst zu beschränken, aber nicht gänzlich abzuschaffen. In mancher Haushaltung scheut man sich, schon zur Zeit der Abenddämmerung die Lampe anzuzünden. So sind dann die Kinder oft gezwungen, bei dem für die Augen sehr schädlichen Dämmerlicht zu schreiben oder zu lesen. Die ungewohnte Anstrengung der Sehwerkzeuge in der Dämmerung schwächt dieselben und fördert die Kurzsichtigkeit außerordentlich. Wir richten daher an die Eltern und das häusliche Aufsichtspersonal der Kinder im Interesse der gesunden Augen der letzteren die dringende Mahnung, ihre Pflegebefohlenen niemals während der Dämmerung, sondern nur bei genügendem Licht, sei es nun bei der natürlichen Tagesbeleuchtung oder bei hinreichend hellem Lampenlicht Hausaufgaben für Schule anfertigen zu lassen. Gegen die allfällig bereits vorhandene üble Gewohnheit mit Bezug auf die genannte Hausbeschäftigung ist mit rücksichtsloser Strenge einzuschreiten.

Neue Litteratur über Gesundheitspflege.

Dr. med. Kabierske: Baden und Schwimmen und die Bedeutung der Hallenschwimmbäder für die Gesundheit des Volkes. Besonderer Abzug aus dem Werk: Das Breslauer Hallenschwimmbad. Breslau. Korn. 1899. 21 S.

In seiner Arbeit belehrt der Verfasser zunächst über die Bedeutung einer gesundheitsgemäßen Beschaffenheit (Reinheit) der menschlichen Haut, ihrer normalen Verrichtungen hinsichtlich Schweißabsonderung und Ausdünstung, Blutdurchströmung (in der mächtig geröteten Hautdecke finden nahezu zwei Drittel der Gesamtblutmasse des Körpers Platz), Nerventhätigkeit, wechselnder Wärmeabgabe und Wärmebildung (als wichtiges Werkzeug für die gleichmäßige Temperatur des Körpers, den die Haut zugleich von Zersetzungsprodukten des Stoffwechsels und der Arbeit: von Wasser, Salzen und Gasen befreie). Die beständige Verunreinigung der Hautoberfläche (in 50 Kilogramm Körperwäsche fand man bis zwei Kilo Schmutz) habe erhebliche Störungen der normalen Lebensthätigkeit des Leibes zur Folge und deshalb seien Reinigungsbäder mit Seife und Bürste unerläßlich. Es sei Pflicht der ganzen Gesellschaft, dem Volke dafür wohlfeile Gelegenheit zu verschaffen (Schul- und Volksbrausebäder, vor allem aber Volksschwimmhallen, die noch unendlich viel wertvoller als bloße Doucheapparate seien). Dabei komme die vortreffliche Körperbewegung und Uebung des Schwimmens zu den kräftigenden und abhärtenden Einflüssen des kühlen Wassers hinzu. Es folgt dann eine Beschreibung der Wirkungen des Schwimmbades, namentlich mit Rücksicht auf die mächtige Vermehrung der Blutzellen unter dem Einflusse des kühlen Wassers. Verfasser rühmt das Schwimmen als die vollendetste aller Turnübungen, da es alle Muskeln des Körpers in Anspruch nehme und in staubfreier Luft ausgeführt werde. Er verlangt das Schwimmbad als Mittel zur Hebung von Kraft und Gesundheit, als Beförderung und Kräftigung des Atmens und des Blutumlaufs, nicht nur für die männliche, sondern auch für die weibliche Jugend und für die Frauenwelt, denn die körperliche Erziehung und Uebung des schwächeren weiblichen Geschlechtes seien bei uns gegenüber derjenigen des Mannes noch übel daran. Die Pflege eines regelmäßigen, Sommer und Winter geübten Schwimmbetriebes sei aber nur möglich durch Gründung von Schwimmhallen, wie sie in immer zahlreicheren Städten eingerichtet werden. (Im schönen neuen zürcherischen Hallen-Schwimmbad sind zwei Wochentage ausschließlich für das weibliche Geschlecht

Digitized by Google

reserviert und es ist erfreulich, daß die gebotene herrliche Gelegenheit auch im Winter lebhaft benutzt wird.) Hallenbäder sollten in jeder, auch der kleinsten Stadt, existieren, so schließt der Verfasser; denn nur ein wasserfrohes Geschlecht könne auf die Dauer die entnervenden Einflüsse unseres Kulturlebens überwinden.

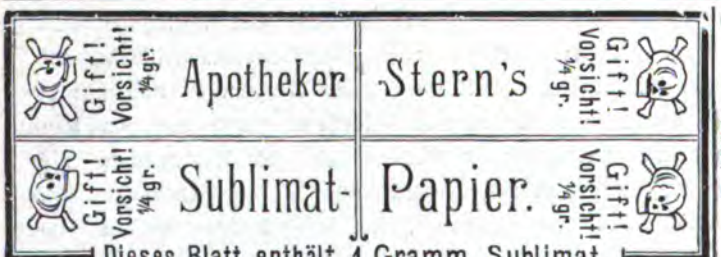
Jul. Parreidt: Die Zähne und ihre Pflege. Mit 15 Holzschnitten. Leipzig, Universalbibliothek (Nr. 1760) von Philipp Reclam. 112 S. 30 Rpp.

Als ein wichtiges Gebiet der Gesamtgesundheitspflege bezeichnet der Verfasser, Zahnarzt an der Universität Leipzig, mit vollstem Recht auch die Zahnpflege und er weist daraufhin, wie eine sorgsame Behandlung an keinem andern Körperteil so viel Erfolge habe, wie an dem Gebiß. Er verpflichtet namentlich die Eltern, bevor sie den schweren Beruf der Kindererziehung übernehmen, sich mit allem bekannt zu machen, was dieser Beruf erfordere. Dazu gehört auch eine gute Zahnpflege. Zur Erleichterung ihrer Aufgabe und zur Selbstbelehrung für jedermann hat er sein oben genanntes treffliches Schriftchen, das durch Bilder anschaulicher gemacht ist, herausgegeben. Er will damit den Zweck erfüllen, das so verbreitete Volksübel der Zahnverderbnis nach Möglichkeit zu bekämpfen. Der wißbegierige Leser findet in demselben in der That alles, was theoretisch wie praktisch dieser wichtigen Aufgabe dienlich sein kann. (Anatomie und Physiologie der Zähne, d. h. Bau und Zusammensetzung, Lebensverrichtungen und Bestimmung derselben, Krankheiten des Gebisses, Pflege der Zähne und in einem Schlußkapitel die Besprechung des künstlichen Zahnersatzes). In dem wichtigsten Abschnitt: Pflege der Zähne (Seite 64—94) sind ausführlich erörtert die alltäglich an jeden herantretenden Fragen über die Zahnbürsten und die beste Art, die Zähne zu reinigen; die falschen Einwände gegen das Bürsten des Gebisses werden zurückgewiesen, Zahnpulver und Zahnseife, Mundwasser und Zahntinkturen eingehend, für die praktischen Bedürfnisse bestimmt, abgehandelt, auch der Einfluß des Rauchens auf das Gebiß geschildert. — Wir können das vortreffliche Büchlein, dessen Preis im Verhältnis zur Fülle der Belehrung und des Nutzens fabelhaft klein ist, aufs wärmste empfehlen.

* * *

Vor uns liegt der II. Halbjahrsband des I. Jahrganges von **Bühne und Welt, Illustrierte Zeitschrift für Theaterwesen, Litteratur und Kunst,** herausgegeben von E. & G. Elsner; Verlag Otto Elsner, Berlin.

Vornehm nach Inhalt und Ausstattung und sich einer stattlichen Reihe bestbekannter Mitarbeiter erfreuend, kann die Zeitschrift als Zierde jedes Hauses empfohlen werden. Das Inserat sagt Näheres über die Abonnementsbedingungen.



Ersatz für Sublimat-Pastillen.

Erhältlich in den Apotheken.
Prospekte durch das General-Depot für die Schweiz: (Hr à 1118 g) 62

Apotheke zur Post, Heinrich Jucker, Zürich.

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend
kräftig, ergiebig und haltbar
Originalpackung

	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität

Souchong	Fr. 4.—	per ½ kg
Kongou	„ 4.—	„

Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.

Carl Osswald, Winterthur.

Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 82 G

Digitized by Google

BÜHNE UND WELT

ist die bedeutendste und vornehmste illustrierte Zeitschrift für Theaterwesen, Litteratur und Kunst.

Monatlich erscheinen **2 reich illustrierte, ca. 50 Seiten** starke Hefte, gr. Lexikon-Oktav, **in elegantester Ausstattung.**

ABONNEMENTSPREIS:

pro Quartal (6 Hefte) . . . . . **M. 3,—**
„ Jahrgang mit elegantem Sammelkasten . . . **„ 12,—**

„BUHNE UND WELT“ ist die **einzige** Theaterzeitschrift, welche sich an das **grosse gebildete Publikum** wendet!

„BÜHNE UND WELT“ zählt die **ersten Schriftsteller, Bühnenkünstler** und **Bühnenfachmänner** zu **ständigen** Mitarbeitern!

„BUHNE UND WELT“ gehört auf den Büchertisch jedes Gebildeten!

„BÜHNE UND WELT“, 1. Jahrgang, **circa 1000 Seiten stark** mit etwa **500 Illustrationen** ist ein erstklassiges Geschenkwerk von bleibendem, hohem litterarischen Werte!
Preis in zwei Prachtbänden gebunden nur M. 17,—.

Verlangen Sie Probehefte in jeder Buchhandlung oder vom

Berlin S. 42. **Verlag von Bühne und Welt**
OTTO ELSNER.

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Dépôts.

Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg,** Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

Kindermehl „Galactina“

Unübertroffen leicht verdaulich und von höchstem Nährstoffgehalt. Bester Ersatz der Muttermilch. Aerztlich empfohlenes Nahrungsmittel für Kinder und Magenleidende jeden Alters. Ausgezeichnete Zeugnisse von hervorragenden Aerzten und Lebensmittel-Chemikern. Höchste Auszeichnungen: 4 Ehrendiplome, 12 grands prix, 20 goldene Medaillen. **Neunzehnjähriger Erfolg.**

Schweiz. Kindermehl-Fabrik
Lüthi, Zingg & Cie., BERN. 89 G

Digitized by Google

MAGGI'S
Suppen-Würze
in Originalfläschchen von 50 Rp. an, macht augenblicklich jede Suppe u. jede schwache Fleischbrühe überraschend gut u. kräftig.

MAGGI'S
Suppen-Rollen
in Tabletten zu 10 Rp. für 2 gute Portionen, zu sofortiger Herstellung jeder Art vorzüglichster Suppen. 58 G

MAGGI'S
Bouillon-Kapseln
zu 15 u. 10 Rp. geben augenblicklich, nur mit siedendem Wasser übergossen, eine vorzügliche Kraftbrühe.

Abstinenz-Sanatorium am Untersee (Schweiz)
in **Ermatingen** **„Schloss Hard"**

Behandlung Alkoholkranker, sowie aller solcher Nervenleidenden, bei denen die Enthaltung von geistigen Getränken zu fordern ist.

Prächtige Gesellschaftsräume, Wintergärten, gedeckte Terrassen, Billard, Kegelbahn, Schützenstand, Turn- und Fechtsaal. Modernste Badeinrichtungen, grosser, romantischer Park, Gelegenheit zu jeglichem Land- und Wassersport. — O F 8365 —

Individualisierende und methodische Beschäftigung der Patienten. Heilgymnastik. Suggestivtherapie.

Mitglieder der Expertenkommission und des Verwaltungsrates: Unter andern die Herren Prof. Dr. Forel, Chigny, Prof. Dr. von Speyr, Bern, Prof. Dr. Bleuler, Zürich, Direktor Frank, Münsterlingen.

Prospekte und nähere Auskunft sind zu erhalten durch den Direktor der Anstalt **Dr. Liebetanz.**

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiert mit den **höchsten Auszeichnungen.**

Erhältlich in **Apotheken und Mineralwasserhandlungen.** 90 G

TORIL

Schutzmarke.

Fleisch-Extract

übertrifft an Nährkraft und Wohlgeschmack die Liebig'schen Extracte und ist in allen besseren Drogen-, Delicatessen- und Colonialwaaren-Handlungen zu haben.

„Ulricus"
Heilung
Passugg
bei Chur
Ulricus-Wasser
stark alkal. eisenhaltiger Natron Säuerling.
In allen Apoth. u. Mineralwasserhandlungen od. direct. durch d. Verwaltung d. Passugger Heilquellen A. G., Passugg.

bei Störungen d. Verdauungsorgane, Verschleimung jeder Art, Erkrankungen der Nieren, Blase, Leber u. Gallenwege, Fettsucht u. Zuckerharnruhr, verspricht eine Kur mit **Passugger**

72 G

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhöe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.

P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 97 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation.

Frauen u. Töchter die an der Trunksucht leiden, finden freundl. Aufnahme in der Trinkerinnenheilstätte
Blumenau-Steg **TÖSSTHAL Kt. Zürich.**
Hausarzt: Herr Dr. med. Spörri. 54 Siméon Diener, Hausvater.

Druck von H. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Zürich, den 15. Februar 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 3

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.

Insertionspreis: Die kleine Nompareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Ueber die gesetzliche Regelung der Schutzpockenimpfung. — Der Handel mit medizinischen Geheimmitteln und „Spezialitäten". — Lebenseffenztropfen. — Reichtum allein macht nicht glücklich, aber Arbeit erhält gesund. — Arbeiterinnenschutz. — Zur Verhütung des Zahnsteins. — Neue Litteratur über Samariterwesen. — Inserate.

Ueber die gesetzliche Regelung der Schutzpockenimpfung.

Von Dr. F. Erismann in Zürich*).

I.

Angesichts der Agitation, die gegenwärtig im Kanton Solothurn gegen den Impfzwang und das Impfen überhaupt in Szene gesetzt wird, und angesichts der Pockenerkrankungen, die in allerletzter Zeit im Kanton Zürich (Zürich und Winterthur) zur Beobachtung gekommen sind, halten wir es für unsere Pflicht, in der Frage der Schutzpockenimpfung Stellung zu nehmen und dieselbe, soweit dies in einem Zeitungsartikel möglich ist, wissenschaftlich zu beleuchten. Wir gehen dabei von der Voraussetzung aus, daß die Entscheidung darüber, ob das Impfen nützlich oder schädlich sei, schließlich denn doch der Wissenschaft und nur der Wissenschaft zukomme und daß diese Frage an und für sich kein Objekt der politischen Agitation sein könne und sein dürfe. Etwas anders verhält es sich dann allerdings, wenn die Frage auf-

*) Mit gütiger Erlaubnis des Verfassers, der als früherer Professor der Gesundheitslehre an der Universität Moskau, sowie als hygienischer Fachschriftsteller eine sehr kompetente Persönlichkeit auch für Beurteilung und Vertretung praktischer sanitätspolizeilicher und epidemiologischer Fragen, wie diejenige über den Wert der Schutzpockenimpfung und die Notwendigkeit ihrer staatlichen (gesetzlichen) Regelung mit dem Obligatorium für die ganze Bevölkerung ist, aus der Zeitung „Volksrecht" abgedruckt. Letztere wurde uns von der Redaktion in verdankenswerter Weise zugestellt. Der Aufsatz von Prof. Erismann bildet für unsere Zwecke eine wertvolle Ergänzung und Erweiterung der in den Nummern 21 und 24 dieser Blätter, Jahrgang 1899, von uns geschriebenen Artikel: „Soll man den Impfzwang auch in der Schweiz überall aufheben?" Angesichts der trotz aller Lehren der Pockenseuchengeschichte nicht aufhörenden gemeinschädlichen Agitation gegen die so nützliche, ja notwendige sanitätspolizeiliche und vorbeugende Maßregel der Schutzblatternimpfung kann für Aufklärung und Warnung eines allzu freiheitlich gesinnten Teiles der Bevölkerung nicht genug gethan werden. Gerade jetzt wieder, wo Pockenschrecken im Lande ist und Ungeimpfte besonders heimsucht. Red.

Digitized by Google

geworfen wird, ob man nun von der — wollen wir annehmen, als nützlich anerkannten — Schutzpockenimpfung einen weitgehenden Gebrauch machen und dieselbe als obligatorisch erklären wolle oder nicht. Dies muß in einem demokratischen Staatswesen der Bevölkerung selbst anheimgestellt werden. Hiebei ist jedoch Gefahr vorhanden, daß sich die Stimmberechtigten in ihrem Entscheide über diesen Gegenstand von Betrachtungen leiten lassen, die mit der Wissenschaft nichts zu thun haben, dafür aber einen mehr oder weniger ausgesprochenen politischen Beigeschmack besitzen. Selbstverständlich ist, daß auf diesem Gebiete persönlichen Motiven aller Art und zahlreichen Mißverständnissen Thür und Thor geöffnet ist, und es kann unter dem Einflusse derselben eine sachlich durchaus berechtigte Maßregel heftig angefochten und sogar abgewiesen werden. Damit dies nicht geschehe, ist es die Pflicht der Vertreter der Wissenschaft, die Bevölkerung in objektiver Weise über das Wesen der Sache aufzuklären und das, was als wissenschaftlich festgestellt betrachtet werden muß, gegen ungerechtfertigte Anfechtungen, von welcher Seite sie auch kommen mögen, in Schutz zu nehmen.

Es dürfte wohl keine zweite Frage auf dem Gebiete des öffentlichen Gesundheitswesens geben, welche so sehr die Volksmassen bewegt hätte und so oft unrichtig beurteilt worden wäre, als die Frage der Schutzpockenimpfung. Dieselbe teilte in dieser Beziehung das Schicksal „alles Schönen auf der Erde". Bis in den Himmel erhoben wurde die Erfindung Jenners im Anfange unseres Jahrhunderts, als es sich zeigte, daß, entsprechend der raschen Verbreitung der Impfung (der Vaccination) die echten Blattern, welche im 18. Jahrhundert so furchtbar gewütet und Millionen von Menschenleben dahingerafft hatten, immer mehr zurücktraten und den geimpften Teil der Bevölkerung in hohem Maße verschonten. Um so größer war dann mancherorts der Rückschlag, als man wahrnahm, daß die Impfung die allzuhoch gespannten Erwartungen nicht in jeder Richtung erfüllte, daß der Schutz, den sie gewährt, wenn er auch jahrelang anhält, doch immerhin ein vorübergehender ist, und daß auch „Geimpfte" den Blattern zum Opfer fallen können, wenn die Impfung nach einem gewissen Zeitraume nicht wiederholt wird. Hier setzte nun die Opposition ein. Die Unzufriedenen, die ja immer in großer Zahl vorhanden sind, suchten, teilweise in guten Treuen — die einen aus wissenschaftlicher Ueberzeugung, die andern sich auf „Autoritäten" stützend — teilweise, um nur überhaupt Krakehl zu machen, zu beweisen, daß die Impfung nichts nütze und daß die Geimpften in gleicher, wenn nicht in größerer Zahl von den echten Blattern ergriffen werden, wie die Ungeimpften. Man bediente sich hiezu der Statistik. Und nun ist zu sagen, daß wohl niemals ein größerer Mißbrauch mit statistischen Zahlen getrieben worden ist, daß wohl nirgends der Satz, man könne mit Hülfe der Statistik alles beweisen, sich so sehr bewahrheitet hat, wie in dieser Frage. Ohne die richtigen Grundlagen für eine vernünftige Statistik zu besitzen (absolute Zahl der Geimpften und Ungeimpften in der betreffenden Bevölkerung, absolute Zahl der an Blattern Erkrankten aus beiden Gruppen, Einteilung der Bevölkerung überhaupt und der Erkrankten im besondern, nach Altersklassen, Zahl und Alter der Wiedergeimpften), machte man ganz willkürliche Zusammenstellungen, erlaubte sich ohne Gewissensbisse unzutreffende Voraussetzungen und verglich miteinander Dinge, die sich ohne weiteres absolut nicht vergleichen lassen. Hierbei sündigten sowohl die Impfgegner wie auch die Impffreunde.

Immerhin gestattete die Statistik der Impffreunde, wenn sie auch keine vollständige war, dem Unbefangenen die wohlberechtigte Annahme, daß, einmal in Ländern, wo die Schutzpockenimpfung eine größere Verbreitung erlangte, Blatternepidemien viel seltener vorkamen als da, wo die Impfung eine weniger günstige Aufnahme fand — daß, zweitens, in einem und demselben Lande entsprechend der Verbreitung des Impfens, die Zahl der Erkrankungen an echten

Digitized by Google

Blattern abnahm, — daß drittens, in Ländern mit Impfzwang bei zufälligem Auftreten von Blatternerkrankungen, gerade die Kinder im Alter von 1—10 Jahren, die ja sonst sich sehr empfänglich für die Blattern zeigten, auffallend verschont blieben, — und daß, viertens, da wo die Revaccination (Wiederimpfung) im schulpflichtigen Alter und beim Eintritt in den Militärdienst eingeführt wurde, auch unter den jungen Leuten und in den Armeen die Pockenerkrankungen immer seltener wurden.

Nun kann man ja allerdings, und zwar mit Recht, sagen, daß die sogenannten Volksseuchen, zu denen auch die Blattern gehören, nicht überall und zu jeder Zeit mit der nämlichen Wucht auftreten, sondern daß da gewisse Wandlungen vorkommen, deren Gründe der Wissenschaft oft verborgen bleiben, und daß bis zu einem gewissen Grade jede geschichtliche Periode ihre besonderen epidemischen Krankheiten hat. Gestützt hierauf könnte man ja etwa annehmen, daß die echten Blattern für das 19. Jahrhundert von der Weltregierung auf das Aussterbeetat gestellt worden seien und daß sie auch ohne Schutzpockenimpfung so nach und nach verschwunden wären. Auffallend bliebe dabei doch immer das zeitliche und örtliche Zusammengehen des Zurücktretens der Blattern mit der Ausbreitung des Impfgeschäftes, das den gewöhnlichen Menschenverstand dazu zwingt, hier einen sogenannten Kausalzusammenhang, das Vorhandensein von Ursache und Wirkung, anzunehmen.

Die Statistik der Impfgegner, die, wie gesagt, von willkürlichen und unberechtigten Zusammenstellungen strotzt, kann hieran nichts ändern. Es ist an dieser Stelle nicht der Ort, auf eine Kritik der Statistik im einzelnen einzugehen; aber es darf wohl behauptet werden, daß in diesem Lager nicht immer mit ehrlichen Waffen gekämpft worden ist und daß zuweilen die überzeugten und aufrichtigen Gegner der Schutzpockenimpfung von ihren eigenen, weniger gewissenhaften Kampfesgenossen in eine recht unangenehme und falsche Stellung gebracht worden sind. Ich kann mir nicht versagen, eines derartigen Falles Erwähnung zu thun. Als eine der festesten und sichersten Stützen der Impfgegnerschaft galt lange Zeit die Pockenstatistik des frühern Chefarztes der österreichischen Staatseisenbahngesellschaft, Dr. Keller. Dieselbe beruhte auf den Beobachtungen, welche die Aerzte der einzelnen Strecken und Bergwerkskolonien während der großen Pockenepidemie 1872—1874 gemacht und auf die diesbezügliche Aufforderung der Bahndirektion an Dr. Keller, als ihren Vorgesetzten, eingesendet hatten. Aus der Keller'schen Bearbeitung dieser Erhebungen, die an und für sich ganz richtig und einwandsfrei vorgenommen waren, ging hervor, daß die Geimpften eigentlich um gar nichts besser daran waren als die Ungeimpften, daß in einigen Altersklassen die erstern sogar eine größere Pockensterblichkeit aufwiesen als die letztern, und daß namentlich die Sterblichkeit der Wiedergeimpften eine sehr hohe war.

Angesichts solcher, anscheinend auf das festeste begründeten Thatsachen mußte man sich sagen, daß die Impfung im besten Falle nichts nütze, die Revaccination (Wiederimpfung) aber entschieden schade; und es ist selbstverständlich, daß von den Impfgegnern die Keller'sche Statistik als ein großer Trumpf den Impffreunden gegenüber ausgespielt wurde. Wie groß nun mußte das Erstaunen beider Parteien sein, als es dem ungarischen Statistiker Körösi in Pest auf Grund der von Keller bearbeiteten Originalberichte der Aerzte gelang, überzeugend nachzuweisen, daß Keller, durch seine impfgegnerische Stellung verleitet, an den ursprünglichen Zahlen bedeutende Fälschungen vorgenommen hatte — Fälschungen, welche das dem Impfen günstige Resultat in sein Gegenteil verwandelten. Dies ist ersichtlich aus der Differenz zwischen der Bearbeitung Kellers und den Originalberichten. Es starben nämlich Ueberzweijährige:

Digitized by Google

	Von den Geimpften %	Von Wieder-geimpften %	Von Un-geimpften %
Nach Keller	13,37	17,39	12 89
Nach den Originalberichten	8,82	niemand	19,23

Die von Köröſi entdeckte Fälſchung Kellers wurde in der Folge durch eine amtlich angeordnete Neuaufarbeitung der Originalberichte der Aerzte beſtätigt.

Wenn nun einerſeits feſtſteht, daß von den Impfgegnern mit der Statiſtik vielfach Mißbrauch getrieben wurde, und wenn andererſeits zugegeben werden muß, daß auch die von Impffreunden zitierten ſtatiſtiſchen Angaben nicht immer zuverläſſig waren und oft nur als indirekter Beweis des Nutzens der Schutzpockenimpfung geltend gemacht werden konnten, ſo verfügen wir immerhin, und namentlich aus neuerer Zeit, über Beobachtungen, welche ſo deutlich für die Impfung, reſp. Wiederimpfung ſprechen, daß an der Schutzkraft derſelben keine reellen Zweifel mehr aufkommen können. Zur Orientierung wollen wir einige Beiſpiele anführen.

In Preußen ſtarben am Anfange dieſes Jahrhunderts, bevor überhaupt geimpft wurde, jährlich von einer Million lebender Menſchen etwa 2000—3000 an den Blattern; nach dem Jahre 1835, d. h. nachdem die Schutzpockenimpfung geſetzlich eingeführt worden war, betrug die Pockenſterblichkeit auf eine Million der Bevölkerung rund noch 200 im Jahre, und in neueſter Zeit, nach Inkrafttreten des Impfgeſetzes vom Jahre 1874, das auch die Wiederimpfung in den Schulen und in der Armee regelte, ſind die Blattern in Deutſchland faſt ganz verſchwunden: In den achtziger Jahren aber ſtarben an denſelben noch jährlich etwa 100—200 Menſchen; im Jahre 1894 betrug die Geſamtzahl der Pockentodesfälle in Deutſchland 88, im Jahre 1895 waren es 27 und im Jahre 1896 nur noch 10.

Um dieſe Thatſache richtig würdigen zu können, muß man berückſichtigen, daß in andern Staaten des europäiſchen Kontinentes, wo eine Zwangsimpfung nicht exiſtiert, die Verhältniſſe viel ungünſtiger ſind. Wäre das Verſchwinden der Pockenſterblichkeit in Deutſchland nur als Teilerſcheinung einer, von der Schutzpockenimpfung vollkommen unabhängigen allgemeinen Abnahme der Blattern zu betrachten, ſo müßte ja in den übrigen Kulturländern, auch bei Abweſenheit einer geſetzlichen Regelung der Vaccination, wenigſtens annähernd derſelbe Rückgang der Sterblichkeit an Blattern bemerkbar ſein. In der That iſt dies nicht der Fall. Der Einfluß des geſamten Kulturfortſchrittes mag auch da, wo keine zwangsweiſe Impfung beſteht, eine allmälige Abnahme der Pockenſterblichkeit, wobei immerhin periodiſche epidemieartige Ausbrüche der Krankheit nicht ausgeſchloſſen ſind, zur Folge haben, aber mit Deutſchland kann in dieſer Beziehung keiner der Nachbarſtaaten mit fakultativer Impfung konkurrieren. In Oeſterreich (Cisleithanien) betrug die Zahl der Todesfälle an Blattern im Jahre 1893 noch 5821, im Jahre 1896 waren es 865. In Ungarn ſtarben in den Jahren 1893, 1894 1895 beziehungsweiſe 1224, 837, 1937 Perſonen an Blattern. In Italien belief ſich die Zahl der Todesfälle an Pocken im Jahre 1895 auf 2998, im Jahre 1896 auf 2039. In Frankreich ſtarben an Blattern im Jahre 1893 etwas über 800 Perſonen, im Jahre 1894 beiläufig 850. Auch in Belgien, wo ebenfalls kein Impfzwang exiſtiert, iſt die Sterblichkeit an Pocken immer noch relativ bedeutend.

Was von den einzelnen Staaten geſagt wurde, gilt auch von ihren Hauptſtädten: während in Berlin nur vereinzelte Todesfälle an Pocken vorkommen und zuweilen Jahre ohne einen einzigen Blatterntodesfall vergehen (in den übrigen deutſchen Städten verhält es ſich ähnlich), ſind in Paris nicht weniger als vier größere Pockenepidemien vorgekommen und zwar

Digitized by Google

1875—1877 mit 757, 1879—1883 mit 5326, 1885—1889 mit 1229, 1893—1894 mit 426 Todesfällen; Wien hatte noch in den 70er Jahren 600—1200 Todesfälle an Blattern jährlich aufzuweisen, und erst Ende der achtziger und in den neunziger Jahren, bei besserer Regelung der Vaccination, sank die Zahl der jährlich an Blattern sterbenden Personen bedeutend; in Prag beträgt sie immer noch einige hundert im Jahre, und in Budapest ist sie erst in den neunziger Jahren erheblich zurückgegangen.

Sehr beweisend für den Nutzen der Impfung resp. Wiederimpfung ist die Blatternsterblichkeit in den Armeen; belehrend namentlich ist ein Vergleich zwischen der vollkommen wiedergeimpften deutschen und der nur mangelhaft wiedergeimpften österreichisch-ungarischen und französischen Armee. Während der zehn Jahre 1872—1881 erkrankten an Pocken auf je 100 000 Mann: in der deutschen Armee 24, in der österreichisch-ungarischen 703, in der französischen 131 Mann. Es gibt ganze Jahre, während denen in der deutschen Armee niemand an Pocken stirbt.

Es ist ferner nicht daran zu zweifeln, daß, wenn irgendwo eine Blatternepidemie ausbricht, es immer die Ungeimpften bew. nicht Wiedergeimpften sind, welche vorzugsweise von der Krankheit befallen werden. Im Laufe der von Flinzer genau untersuchten Blatternepidemie der Jahre 1870 und 1871 in Chemnitz erkrankten von 54 891 Geimpften und Wiedergeimpften 802 = 14,6‰ (von den Wiedergeimpften allein 8,3‰), von 4652 Geblatterten 2 = 0,43‰, hingegen von 5712 Ungeimpften 2546 = 448‰. — Aber wir brauchen nicht nach Sachsen zu gehen, um zu erfahren, daß sich bei einem Blatternausbruch die Ungeimpften in weit größerer Gefahr befinden als die Geimpften; wir können die Belege hiefür in nächster Nähe finden. In der Summe der Jahre 1884—1892 sind in Baselstadt 504 Blatternerkrankungen mit 84 Todesfällen zu amtlicher Kenntnis gelangt: von geimpften, aber nicht wiedergeimpften Personen erkrankten 281 und starben 29 = 10,3%; von Wiedergeimpften erkrankten 23 und starb 1 = 4,3%; von Ungeimpften dagegen erkrankten 172 und starben 50 = 29,1%. Unter den Geimpften starb kein Kind unter 15 Jahren; von den Wiedergeimpften starb keiner unter 40 Jahren; dagegen betrafen bei den Ungeimpften alle Todesfälle Kinder und junge Leute unter 20 Jahren.

(Schluß folgt.)

Der Handel mit medizinischen Geheimmitteln und „Spezialitäten".

Die „Neue Zürcher Zeitung" brachte die kurze Mitteilung, daß am 23. Januar in Zürich eine von 11 — schreibe elf — Kantonen beschickte internationale! — sollte selbstverständlich heißen: interkantonale — Konferenz stattgefunden habe zur Besprechung der Frage des Vorgehens gegen den Geheimmittelschwindel. Es sei grundsätzlich beschlossen worden, gemeinsam vorzugehen; die Sanitätsdirektionen würden ihren resp. Regierungen über die Angelegenheit und das Vorgehen Bericht und Antrag erstatten. —

Doch wenigstens einmal etwas, ein interkantonales Konkordat gegen den volksbetrügerischen und die Volksgesundheit schädigenden Unfug des immer größer werdenden fast schrankenlos wachsenden Handels mit medizinischen Geheimmitteln und sog. „Spezialitäten". Bedenklich erscheint aber hinsichtlich des Erfolges die nur geringe Beteiligung von Kantonen (nicht einmal die Hälfte, wenn wir die Republiken der Halbkantone auch rechnen), die Breitspurigkeit des Vorgehens — jede Sanitätsdirektion wird etwas Apartes wollen — und die Lokalisierung der Bekämpfung dieses durch übertriebene, dadurch gemeinschädliche Gewerbefreiheit groß gezüchteten allgemeinen Uebels nur auf einen Teil des Schweizerlandes. Und dann sollte vor allem der

Digitized by Google

Freigebung der Medizin, der Kurpfuscherei in einigen Kantonen — Appenzell A.-Rh. und Glarus — energisch zu Leibe gegangen werden. Dieser Hauptschwindel ist endlich einmal zu unterdrücken. Er ist besonders daran schuld, daß die noch einigermaßen erträgliche und leidliche Ordnung in der für Volkswohl und Volksgesundheit sehr belangvollen Medizinalpolizei durch Auskündigungen und Reklamen der Medizinalschwindler in Zeitungen, Kalendern, durch Broschüren, Geheimmittelsendungen, Angebot brieflicher Behandlung für alle nur erdenklichen Krankheiten, erlogene Zeugnisse für Heilungen ꝛc. in allen Kantonen gestört und verwirrt wird. Das große Humbuginstitut der blühenden Glarner Poliklinik, welche die von ihr gefälschten Zeugnisse für angeblich glückliche Kuren auf brieflichem Wege sogar amtlich beglaubigen läßt — wir werden die Beweise dafür in diesen Blättern veröffentlichen — inseriert selbst in den Zeitungen der welschen Schweiz und unterhält einen schwunghaften Geheimmittelhandel in alle Kantone hinein. Wir haben es hier mit einem großen Gaunergeschäft zu thun und diesem Betrug zum Schaden seiner medizingläubigen Miteidgenossen schaut der löbliche Stand Glarus lammgeduldig schon seit Jahren zu. Er tröstet sich damit, daß solche falsche Propheten Aeskulaps in seinem Ländchen doch nichts gelten. Die Glarner selber seien zu gescheit, um sich von den einheimischen „Wilden" (so werden die Medizinpfuscher dort allgemein geheißen) anschwindeln zu lassen. Sie können also nur vom Export leben und gedeihen! Ganz ähnliche unschöne und unsittliche Zustände herrschen im medizinfreien Appenzell A.-Rh. (Inner-Rhoden verlangt für die Ausübung der ärztlichen Praxis einen Befähigungsausweis und ein Patent.) Man sehe sich nur einmal die Clique der Kurpfuscher im appenzell-außerrhodischen Staat und die Lobpreisungen ihrer Wunderkuren in Tagesblättern, Frauenzeitungen, Kalendern u. s. w. an. Wahrlich, die beiden genannten Landsgemeinde-Kantone (die Landsgemeinde gab s. Z. den Arztberuf frei) sind wahre Augiasställe der „wilden" Medizin geworden, Musterländchen mit Anarchie in medizinalpolizeilicher Hinsicht, welche, und das ist ein Hauptschaden, über ihre engen Grenzen hinaus die anderen Kantone seuchenhaft infizieren. Da muß zunächst die Herkulesarbeit angesetzt werden; dieser unlautere Wettbewerb, dieser das Publikum in wachsendem Grad schädigende Auswuchs der Gewerbefreiheit auf einem der verantwortungsreichsten Gebiete menschlicher Thätigkeit müßte mit aller Energie zu allernächst abgeschafft werden. Weil aber jene Kantone selber, d. h. ihre allzu demokratisch und freiheitlich gesinnten Bevölkerungen kaum dazu Lust haben dürften — waren die Sanitätsdirektionen von Appenzell A.-Rh. und Glarus an der eingangs erwähnten interkantonalen Konferenz überhaupt vertreten? — so kann, wie wir immer wieder betonen, auch hier nur eidgenössisches Eingreifen endlich einmal geordnete, eines Gemeinwesens mit dem Grundsatze der salus publica, des Gemeinwohls, würdige Zustände schaffen. Dann müßten alle Kantone, nicht blos 11, eine richtige und wichtige Reform ihrer Medizinalpolizei und die möglichste Unterdrückung des groß gezüchteten Kurpfuschertums anbahnen.

Auch in Deutschland steht die Bekämpfung des ungesunden und unlauteren Handels mit medizinischen Geheimmitteln und Spezialitäten auf der Tagesordnung. (Der Name „Spezialitäten" wird häufig nur gebraucht, um die anrüchige Bezeichnung „Geheimmittel" zu umgehen). Dem deutschen Bundesrat liegt der Entwurf von Vorschriften über den Verkehr mit Geheimmitteln vor. Da geht man im großen deutschen Reiche wieder einmal viel rationeller vor als bei uns. Nicht Bayern und Mecklenburg und Preußen schließen sich zusammen, sondern reichsgesetzlich will man das allgemeine Uebel anpacken. Das würde für uns heißen: nicht kantonsweise, sondern für die ganze Schweiz gemeinsam! Die deutsche pharmazeutische Zeitung jammert bereits über den Entwurf für ein Reichsgesetz gegen

Digitized by Google

die einträgliche Geheimmittel- und Spezialitäteninduſtrie. Dasſelbe würde ja, Gott ſei's geklagt, die geſamte ſchöne deutſche Krämerei mit jenen Artikeln, die einen Jahresumſatz von 30 Millionen Mark liefern, lahm legen. Das ſächſiſche Korreſpondenzblatt der ärztlichen Vereine bemerkt über dieſen egoiſtiſchen Stoßſeufzer: „Ein ſchönes Eingeſtändnis der Unterſtützung des Geheimmittelſchwindels durch die Apotheker! Und dabei ſind die Apotheken doch konzeſſioniert, um für die Realität und Preiswürdigkeit der Heilmittel, die ſie verkaufen, gutzuſtehen!"

Im Gegenſatz hiezu macht in der „Apotheker-Zeitung" Dr. O. Linde Front gegen den leider immer mehr eingeriſſenen Unfug der Fabrikanten und Apotheker, die durch ihre Spezialitäten-Fabrikate den Mitmenſchen das Geld aus der Taſche ziehen. „Irgend ein Kaufmann oder auch Apotheker, der ſich zu Höherem berufen fühlt, entdeckt ein Heilmittel, das geeignet iſt, die Menſchheit von ihren ſämtlichen oder doch von einem großen Teil ihrer Gebrechen zu befreien. Je größer die Zahl der Krankheiten iſt, gegen die dieſes Mittel hilft, um ſo größer wird natürlich der Abſatz ſein, genügende Reklame vorausgeſetzt. Jetzt wird dem Mittel ein entſprechender Name gegeben und dann kann es in die Welt gehen. Selbſtverſtändlich wird in den Anpreiſungen und auf den Etiquetten die Zuſammenſetzung der Spezialität auf das genaueſte angegeben, ſonſt wäre es ja ein Geheimmittel und dürfte als ſolches nicht verkauft werden. Heutzutage gibt es überhaupt keine Geheimmittel mehr, ſondern nur noch Spezialitäten. Aber weshalb ſoll man die wirklichen Beſtandteile angeben? Das wäre inſofern bedenklich, als andere mit Leichtigkeit dieſes Mittel ſelbſt machen könnten. Viel zweckmäßiger iſt es alſo, eine beliebige Vorſchrift zu der Spezialität mitzuteilen, die mit der wirklichen jedoch nichts zu thun hat. Das nachzuweiſen, iſt in den meiſten Fällen ſehr ſchwierig. So iſt es z. B. mit den berühmten Brandt'ſchen Schweizerpillen, die in den Apotheken weiter verkauft werden dürfen, trotzdem nachgewieſen iſt, daß ihre Zuſammenſetzung thatſächlich eine andere iſt, als der Erfinder ſie angegeben hat. — Wie ſteht es mit den ärztlichen Atteſten? Sich dieſelben zu verſchaffen, hält nicht ſchwer. Man ſendet an eine große Anzahl von Aerzten Proben der Spezialität, mit der Bitte, ſie zu verſuchen. Die meiſten Aerzte werden allerdings die Sendung beiſeite legen; nicht wenige Aesculapsjünger aber erfüllen den Wunſch des Beglückers der Menſchheit und teilen ihm, wenn ſie nach einiger Zeit in mehr oder weniger höflicher Weiſe darum angegangen werden, die erzielten wirklichen oder ſcheinbaren Heilerfolge mit. Sogar Virchow ſoll ſich von dem Erfinder der Schweizerpillen auf dieſe Weiſe zur Ausſtellung eines Atteſtes haben bewegen laſſen. — Wird jetzt die nötige Reklame angewendet, ſo kann es an einem Abſatz der Spezialität nicht fehlen. Denn wenn eine ganze Anzahl von Aerzten die mit dem betreffenden Mittel erzielten Heilerfolge beſcheinigt, ſo muß dieſes Mittel doch gut ſein. Dazu kommt, daß das Publikum die eingetragene Schutzmarke nicht recht verſteht, denn es muß ein Unterſchied gemacht werden zwiſchen einem Heilmittel, deſſen Darſtellungsmethode patentiert iſt, und einem ſolchen, das mit einer eingetragenen Schutzmarke verſehen in den Handel kommt."

Auch die Aerzte ſind teilweiſe an der Ausbreitung des Spezialitätenſchwindels mit ſchuldig. So ſchreibt ein Arzt im „Aerztlichen Zentral-Anzeiger": „Eine neue Art Spezialiſten macht ſich jetzt in den mediziniſchen Journalen breit: Die „Spezialiſten für neue Arzneimittel". Kaum hat irgend eine chemiſche Fabrik oder auch nur ein obſkurer Droguiſt ein neues chemiſches Präparat oder eine neue Verpackung und Miſchung alter Arzneiſtoffe „erfunden", gleich iſt auch der „Spezialiſt für neue Mittel" da und erhärtet durch Anführung einer Reihe von Krankengeſchichten die vortreffliche Wirkung des Mittels. So iſt namentlich ein Arzt in einer

Digitized by Google

größeren Provinzialstadt Mitteldeutschlands in der glücklichen Lage, jede derartige Erfindung an einer Reihe von Fällen ausprobieren zu können und man muß staunen, welch umfangreiche Praxis dem Herrn zur Verfügung steht. Doch die Sache ist zu ernst, um sie mit ironischen Bemerkungen abzutun. Immer begegnet man wieder denselben Namen, falls es sich um Begutachtung der Wirkung eines neuen Mittels handelt. Glauben denn die Fabrikanten, daß Aerzte auf Empfehlungen dieser Herren Wert legen? Bei mir ist es Grundsatz, falls ich auf einen dieser Namen bei einem Mittel stoße, das Mittel mit dem äußersten Mißtrauen zu betrachten und jedenfalls nicht anzuwenden."

Der dem deutschen Bundesrat vorliegende Entwurf über den Verkehr mit Geheimmitteln trifft gewiß das Richtige, wenn er anordnet, daß bei jedem Geheimmittel, d. h. jedem Mittel, dessen Herstellung nicht in Apotheken oder staatlich überwachten pharmazeutischen Werkstätten erfolgt, zum Vertrieb die behördliche Erlaubnis nötig ist. Die jetzt giltige Verordnung, welche bestimmt: Geheimmittel dürfen von Apothekern im Handverkauf nur abgegeben werden, wenn ihnen die Zusammensetzung bekannt ist, — hat sich als völlig unzulänglich erwiesen. Denn die Apotheker hielten sich in ihrer Verantwortlichkeit schon dann für gedeckt, auch wenn ihnen die Zusammensetzung des Mittels durch eigene Prüfung auf seine Bestandteile und fortgesetzte Untersuchung auf die dauernde Gleichmäßigkeit der Zusammensetzung nicht bekannt war, falls nur der Erfinder oder Hersteller selbst die angebliche Zusammensetzung des Mittels veröffentlichte oder ein beliebiger Anderer eine Analyse des Geheimmittels mitteilte. Daß hierbei der Täuschung und dem Betrug Thür und Thor geöffnet ist, liegt auf der Hand. Wenn nun aber der Gesetzentwurf besagt, daß die Einzelregierungen der Bundesstaaten, nicht eine für das ganze Reich maßgebende Zentralbehörde, selbständig für sich die Befugnis haben sollen, die Entscheidung darüber zu treffen, welche Mittel als Geheimmittel zu gelten haben, so ist den Fachzeitschriften der Apotheker Recht zu geben, wenn sie darauf hinweisen, zu welchen Mißständen es führen muß, wenn in einem Bundesstaate ein Mittel als Geheimmittel bezeichnet wird, das in einem anderen unbeanstandet bleibt. Die einheitliche Regelung des Verkehrs mit Geheimmitteln im ganzen Reiche erscheint in gleicher Weise angängig, ohne die Rechte der Einzelstaaten auf die Ordnung ihres Medizinalwesens zu beeinträchtigen, wie z. B. das gleichmäßige Vorgehen bei der Bekämpfung von Volksseuchen.

Solche Erwägungen gelten durchaus auch für die viel kleinere, aber in der Vielheit ihrer Kantone sehr buntscheckige Eidgenossenschaft.

Lebensessenztropfen.

Menschen müssen wie Manuskripte mehr als eine Korrektur erfahren, um die Druckfehler zu verlieren. Jean Paul.

* * *

Die Sittlichkeit ist das eigentliche Lebenselement des Menschen. Sie ist innig eins mit der Gottesfurcht. Unser eigener sittlicher Wille ist Gottes Wille. Novalis.

* * *

Man faselt viel von reich und arm und vergißt immer wieder, daß es das Herz allein ist, das reich macht oder arm. Jerem. Gotthelf.

Digitized by Google

Reichtum allein macht nicht glücklich, aber Arbeit erhält gesund.

„Ja, der hat's gut!" seufzt mancher im Blick auf den, der viel Geld einstreicht und sichs im Leben kann wohl sein lassen. „Ja, der hat's gut!" sagt der Neid und die Unzufriedenheit: „wenn ichs nur auch so hätte!" Aber Neid und Unzufriedenheit haben schlechte Augen; sie sind kurzsichtig. Sind denn die Reichen wirklich gar so sehr zu beneiden? Sind sie wirklich alle so glücklich? Wir wollen sie einmal fragen und hören, was sie von ihrem Glücke sagen. Da fangen wir oben an, nämlich bei den Kaisern und Königen, den Fürsten und Gewaltigen, die werdens doch gewiß gut haben. Aber was sagt schon das Sprichwort? „Das Purpurkleid ist oft gefüttert mit Herzeleid." Einer der edelsten Könige that den Ausspruch: „Der Weg der Könige ist thränenreich," und ein anderer sagte: „Wenn die Menschen wüßten, wie schwer einem die goldene Krone auf dem Haupt sitzt, sie würden sie nicht von der Erde aufheben." Wie oft heißt es auch da: „Außen schimmerts, innen wimmerts", und: „Es ist nicht alles Gold, was glänzt." Gut wäre es, wenn man alle, die so scheel auf andere sehen und wunder meinen, wie sie's gut haben, so handgreiflich belehren könnte, wie es jenem Damokles geschehen. Der rühmte des Königs Dionysius von Syrakus Reichtum und Herrlichkeit und sagte, es könne nie Jemand glücklicher gewesen sein. Da sprach der König zu ihm: „Du sollst versuchen und erfahren, wie gut ich's habe!" Er ließ ihn auf einen goldenen Thron setzen, darauf ein schöner Teppich lag von viel herrlicher Arbeit und ließ die Tische mit goldenen und silbernen Kleinodien zurichten und schmücken. Er ließ ihm wohlriechende Wasser und Kränze geben, köstliches Rauchwerk machen und den Tisch mit den allerbesten Speisen zurichten. Das gefiel dem Damokles, und er glaubte, jetzt recht selig zu sein. Da aber die Herrlichkeit gerade am größten war, rief der König: „Schau' über dich, Damokles!" Da sah er über sich am Balken ein bloßes, blankes Schwert hängen, welches nur an ein Pferdehaar gebunden und mit der Spitze unter sich gewendet war, also daß es gerade über seinem Haupte schwebte. Damokles erschrack und vergaß bei diesem Anblick alle Herrlichkeit; er begehrte nichts mehr anzurühren, ja, es fielen ihm die Kränze vom Haupte und zitternd bat er den König, er wolle ihm erlauben, aufzustehen, denn also wolle er nicht glücklich sein.

Aber so ein reicher Mann, etwa wie Rotschild, der keine Regierungssorgen hat wie die Könige, denkst du, der hat es doch gewiß gut. Nun so höre: „O Sie sind doch ein glücklicher Mann", sagte einmal Jemand zu dem alten Rotschild, dem Geldkönige von Europa. „Was, glücklich? wenn Sie mit Pistolen unter Ihrem Kopfkissen schlafen müssen, nennen Sie das glücklich?" Und ein Geldkönig von Amerika, Astor, erklärte: „Mit all meinen Schätzen kann ich mich nicht loskaufen von Krankheit, Sorge, Kummer und Tod." „Wenn Geld Glück wäre", sagte der frühere Präsident der deutschen Reichsbank, „wie viel Glück müßte ich täglich sehen!" Nein, Geld macht nicht reich, es sei denn reich das Herz zugleich.

Aber auch vom reichen Fabrikherrn, vom Beamten oder Oekonomen heißt's: „Der hat's gut, der verdient sein Geld im Schlaf und weiß nichts von der Arbeit im Schweiße seines Angesichts." Aber ein Fabrikant, der fast ein ganzes Dorf in Brod und Arbeit setzte, erwiderte einmal auf ähnliche Rede: „Freund, wie gut ichs habe, können Sie daran sehen, daß ich Tag und Nacht arbeiten muß, um das Geschäft im Gang zu erhalten und manchmal vor Sorgen nicht schlafen kann; mir leichte Tage machen, das hieße das Geschäft ruinieren und viele Leute um ihr Brod bringen." Und ein reicher Oekonom sagte: „Ich bin schlimmer daran als einer meiner Knechte oder Tagelöhner. Ich muß morgens der erste und abends der letzte sein und selbst in der Nacht überlegen, wie ich am andern Tage meine Leute beschäftige. Der Knecht arbeitet den Tag über, und am Abend kann er sich ohne Sorge nieder-

Digitized by Google

legen, er weiß: kommt der Tag, bringt der Tag. Ich aber hab zu sorgen, daß täglich der Tisch gedeckt und der Lohn bereit ist, ohne manchmal zu wissen, woher nehmen, und ob denn auch eine gesegnete Ernte die Mühen und Auslagen decken wird?"

Darum jagt den Neid hinaus aus dem Herzen; er ist ein böser Gast. Auch große Herren haben ihren Teil zu tragen, und das Sprichwort hat recht: Ein jeder Stand hat seinen Frieden, ein jeder Stand hat seine Last. Viele wären glücklich, wenn sie das einsehen könnten. Armsein ist zwar eine Last, aber es giebt noch Schlimmeres als Armut. Nicht die Fülle der Güter, sondern der Segen Gottes macht glücklich. Aus kleinem Brunnen trinkt man sich ebenso satt wie aus großem, und großer Reichtum hilft dir nicht, wenn nicht Gott den Segen spricht. „Wer trocken Brod mit Lust genießt, dem wird es gut bekommen; wer Sorgen hat und Braten ißt, dem wird das Mahl nicht frommen," lernen unsere Kinder. Und gerade hierin haben die Armen viel vor den Reichen voraus. Wenn die Armen sich Speise suchen für ihren Hunger, so kommen sie eher zum Ziele, als wenn die Reichen sich Hunger suchen für ihre Speisen. Wie ist gerade die schwere Arbeit die Quelle einer Gesundheit, die mehr ist als ein Sack Diamanten. (Der Jugend Sonntagsblatt.)

Arbeiterinnenschutz.

Der deutsche Gewerbeinspektor Baentsch für die Provinz Rheinhessen sprach in einer öffentlichen Versammlung über die Schädigungen der Arbeiterinnen und der jugendlichen Arbeiter durch übermäßige Arbeitszeit und gesetzlichen Schutz dagegen. Da ein Ausschließen der Arbeiterin aus der Fabrik vom ökonomischen Standpunkte aus unmöglich sei, da sie sonst Heimarbeiterin würde und der Staat ein lebhaftes Interesse daran habe, sich einen lebens- und leistungsfähigen Nachwuchs zu erhalten, so gebühre der Arbeiterin auch ein ausgedehnter Schutz. Mädchen bis zu 16 Jahren sollten aus der Fabrik ausgeschlossen sein; solche unter 18 Jahren, sowie verheiratete oder verwitwete Arbeiterinnen dürften nur 10 Stunden täglich beschäftigt werden. In gesundheitsgefährlichen Betrieben müßte die Arbeitszeit im allgemeinen auf acht Stunden festgesetzt werden und Arbeiten in Bergwerken sowie Nachtarbeit für Arbeiterinnen verboten sein. An Vorabenden von Sonn- und Festtagen müßte der Arbeitsschluß am Mittag eintreten.

Verhütung des Zahnsteinansatzes.

Zur Verhütung des Zahnsteins kann man nichts weiter thun, als die Zähne täglich zu bürsten und sie allenfalls im Jahre 1—2 mal durch sachkundige Hand gründlich säubern zu lassen.

Neue Litteratur über Samariterwesen.

Dr. Emil Rotter: Der Nothelfer in plötzlichen Unglücksfällen. 9. vermehrte Auflage. München. J. Lehmann 1899. 64 S. 70 Rpp.

Eine von einem deutschen Oberstabsarzt verfaßte Anleitung zur Behandlung Verunglückter bis zur Ankunft des Arztes, die u. a. auch für Volksschullehrer, Vorstände von Bahnstationen bestimmt, mit zahlreichen Abbildungen und einem alphabetischen Register versehen ist, wodurch das rasche Nachschlagen eines Artikels sehr erleichtert wird (im Gegensatz zu dem sonst so vorzüglichen, anno 1899 bereits in 15. Auflage erschienenen Leitfaden für Samariterhilfe von

Digitized by Google

Esmarch, welcher leider eines Registers entbehrt). Wer z. B. über die erste Hilfe bei einer Blutung, über Desinfektion der Wunden, Knochenbruch, Vergiftung belehrt sein will, findet sich bei Rotter sofort zurecht. Der Text ist klar; die Bilder sind scharf und deutlich; durch reichliche Verwendung von Fettdruck und Sperrsatz werden die wichtigsten Dinge besonders hervorgehoben. Das Büchlein verdient Empfehlung wegen der trefflichen Behandlung des Stoffes und des überaus niedrigen Preises.

Ein noch billigeres Werkchen über **Erste Hilfeleistung bei Unglücks- und Erkrankungsfällen bis zur Ankunft des Arztes** ist die im Verlag von Nahmmacher in Berlin erschienene 11. Auflage des von **Dr. Gleitsmann** unter jenem Titel herausgegebenen (es kostet nur 35 Rpp.). 32 Abbildungen illustrieren den nach Nummern angeordneten Inhalt. Es enthält aber nur das Allernotdürftigste der ganzen Samariterlehre.

XI. Jahresbericht des Schweizerischen Samariterbundes für 1898/99. Zürich 1899.

Die stattliche Broschüre von 151 Seiten gibt über die mannigfachen Leistungen der Samariterbestrebungen in unserm Lande ausführliche Rechenschaft; sie ist ein Beweis der vielseitigen Thätigkeit auf jenem Gebiete, das durch den Schweizer. Samariterbund, seinen Zentralvorstand und seine Sektionen in reger Weise kultiviert wird. Man darf wohl sagen, daß nunmehr die 1. Hilfe für Verletzungen und Verunglückungen in recht vielen Kantonen gut und glücklich organisiert ist. Auf die mannigfachen Lücken dieser Organisation hält der schweizer. Samariterbund, welchem zusammen mit dem Zentralverein vom Roten Kreuz und dem Militärsanitätsverein ein Zentralsekretariat für den freiwilligen Sanitätsdienst (Dr. Sahli in Bern) und ein jetzt schon im 8. Jahrgang stehendes Preß-Organ: „Das Rote Kreuz*)" als wirksame Mittel zur Verfügung stehen, ein wachsames Auge gerichtet. So bemühte er sich im Berichtjahr bei den zahlreichen schweiz. Eisenbahnverwaltungen um eine bessere Regelung der Maßnahmen für die 1. Hilfe bei den auch bei uns nicht seltenen Köperverletzungen durch den Bahnbetrieb, die sich sowohl beim Personal als beim reisenden Publikum ereignen. Der Bericht beklagt sich aber darüber, daß viele Eisenbahngesellschaften in dieser Beziehung noch eine große und unverantwortliche Gleichgiltigkeit an den Tag legen. (Natürlich, denn Fortschritte auf diesem Felde würden ja Geld kosten!) — Erfreulich ist dagegen, daß mehrere Unfall- und Haftpflicht-Versicherungsgesellschaften die schätzbare Unterstützung der Samaritervereine für 1. Hilfeleistung durch Subventionen anerkennen; diese wurden an besonders thätige Sektionen als eine Art Prämie ausgeteilt.

Der Schweiz. Samariterbund wies im Berichtsjahr einen Bestand von 116 Sektionen mit mehr als 11 000 Mitgliedern auf. Tabellen geben darüber näheren Aufschluß; über das, was die einzelnen Vereine das Jahr durch arbeiteten (Kurse, Anschaffungen und Besitz von Verbandmaterialien, Krankenmobilien, Gegenstände zum Transport von Verletzten und Erkrankten, Vorträge, größere Uebungen im freien Felde 2c.) wird ebenfalls in Tabellenform Rechenschaft abgelegt. Es ergibt sich daraus ein erfreuliches Bild emsigen Schaffens. Als Anhang sind dem trefflichen Berichte noch beigefügt ein Verzeichnis der vom Zentralkassier (Lieber, Zürich IV) zu ermäßigten Preisen zu beziehenden Lehrmaterialien für den Samariterunterricht und die Statuten des schweiz. Samariterbundes.

*) Eine monatlich zweimal erscheinende Zeitschrift, offizielles Organ der genannten Vereine, zugleich Korrespondenzblatt für Krankenvereine und Krankenmobilienmagazine. Abonnementspreis jährlich 3 Frcs. Abonnementsbestellungen zu richten an Louis Kramer, Zürich V.

Digitized by Google

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung
natürlicher Jodbäder im Hause.
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

TORIL

Fleisch-Extract
übertrifft an Nährkraft und Wohlgeschmack die Liebig'schen Extracte und ist in allen besseren Drogen-, Delicatessen- und Colonialwaaren-Handlungen zu haben.

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am Zürichsee

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhöe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

„Ulricus"
Heilung
Passugg
bei Chur

bei Störungen d. Verdauungsorgane, Verschleimung jeder Art, Erkrankungen der Nieren, Blase, Leber u. Gallenwege, Fettsucht u. Zuckerharnruhr, verspricht eine Kur mit

Passugger Ulricus-Wasser

stark alkal. eisenhaltiger Natron Säuerling.
In allen Apoth. u. Mineralwasserhandlungen od. direct. durch d. Verwaltung d. Passugger Heilquellen A. G., Passugg.

72 G

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.
Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend
kräftig, ergiebig und haltbar
Originalpackung

	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität
Souchong Fr. 4.— per ½ kg
Kongou „ 4.— „
Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.
Carl Osswald, Winterthur.
Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 82 G

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.
Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht.
Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl.
85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Depôts.
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg,** Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl.
Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 97 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. März 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 4

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Lebensregel. — Ueber die gesetzliche Regelung der Schutzpockenimpfung. (Fortsetzung.) — Zur moralischen Gesundheitspflege. — Seid gesund! — Gesundheitszustand im Monat Januar 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Januar 1900 in Zürich Verstorbenen. — Witterung im Januar 1900. — Fortschritte der Leichenverbrennung. — Neue Litteratur. — Inserate.

Lebensregel.

Im Glück nicht jubeln und im Sturm nicht zagen,
Das Unvermeidliche mit Würde tragen,
Das Rechte thun, am Schönen sich erfreu'n,
Das Leben lieben und den Tod nicht scheu'n,
Und fest an Gott und bess're Zukunft glauben, —
Heißt leben, heißt dem Tod sein Bitt'res rauben.

Streckfuß.

Ueber die gesetzliche Regelung der Schutzpockenimpfung.

Von Dr. F. Erismann in Zürich.

(Fortsetzung.)

Wenden wir uns schließlich nach Zürich. Wie man aus den amtlichen Medizinalberichten ersieht, erkrankten während der großen Blatternepidemie der Jahre 1871 und 1872 im Kanton Zürich 1264 Personen, von denen 923 in Spitälern behandelt wurden. Unter denselben befanden sich nur 16 Kinder von 0—1 Jahr; alle waren ungeimpft und es starben davon 13 = 81,2%; im Alter von 1—9 Jahren befanden sich 18 Erkrankte, von denen 2 ungeimpft waren; beide starben, während die Geimpften alle genasen. Von sämtlichen geimpften Kindern im Alter von 0—14 Jahren erkrankten nur sehr wenige und starb kein einziges.

Deutlich machte sich während der in den Jahren 1885 und 1886 herrschenden Pockenepidemie das im Anfange der 80er Jahre immer mehr überhandnehmende ablehnende Verhalten eines großen Teils der Bevölkerung gegen das Impfen und die im Jahre 1883 erfolgte Aufhebung des Impfzwanges bemerkbar. Während 1871 auf die Altersklassen von 0—15 Jahren kaum 10% der Pockenerkrankungen fielen, kommen 1885—1886 auf dieselben beinahe 28% der Fälle (195). Davon waren:

Digitized by Google

Ungeimpfte	146, davon starben	63	= 43,2 %
Zu spät geimpfte	37, „ „	10	= 27,0 %
Unbekannt, ob geimpft	6, „ „	1	= 10,7 %
Geimpfte	6, „ „	0	= 0 %

Auch während der Pockenepidemie des Jahres 1894 (im Kanton Zürich 136 Erkrankungen) waren alle Erkrankten im Alter von 0—10 Jahren ungeimpft; von den Geimpften dieser Altersklasse erkrankte niemand.

Die Erfahrung zeigt also, daß die Impfung in der That einen sehr bedeutenden Schutz gegen die Blattern gewährt und daß derselbe durch die Wiederimpfung noch gesteigert wird. Mit der Erkenntnis dieser Thatsache ist der Agitation gegen die Schutzpockenimpfung die eine ihrer Stützen genommen.

Wir wollen nun sehen, wie es mit der zweiten Behauptung der Impfgegner steht — der Behauptung, daß die Gesundheit der Kinder durch das Impfen leide, und daß verschiedene Krankheiten, unter anderem Syphilis, auf die Impflinge übertragen werden können. Hier muß nun zum vorneherein zugegeben werden, daß das Impfen für die Kinder kein ganz gleichgiltiger Akt ist und daß der normale Verlauf der Schutzpockenimpfung hie und da Störungen erleidet, die dem Impfling verhängnisvoll werden können. Es tritt zuweilen eine stärkere Entzündung der Haut in der Umgebung der Impfstellen ein; es kann zu Entzündung und Eiterung des Unterhautzellgewebes an diesen Stellen, sowie zur Anschwellung und Entzündung benachbarter Lymphdrüsen kommen; das Auftreten von Impfrotlauf mit tötlichem Ausgange ist nicht ausgeschlossen, und auch Fälle von Blutvergiftung in unmittelbarem Anschluß an die Impfung sind beobachtet worden.

Wenn man nun die Gefahr, die den Impflingen durch das Auftreten der soeben erwähnten Krankheiten droht, nach der Häufigkeit beurteilen wollte, mit welcher dieselben, namentlich in früherer Zeit, in den großen, meist überfüllten Findelhäusern zur Beobachtung gelangten, und wenn diese Gefahren nicht zu beseitigen wären, so müßte man sich allerdings vor der Impfung bekreuzigen. Glücklicherweise ist nun die Sache lange nicht so schlimm, als die nicht dem ärztlichen Stande angehörenden und also schlecht orientierten Impfgegner dem ebenso unwissenden Publikum erzählen, um die Impfung in Mißkredit zu bringen. Namentlich hat die neuere Zeit, infolge der Erkenntnis, daß allen Wundkrankheiten durch peinlichste Reinlichkeit vorgebeugt werden kann, hierin Wandel geschaffen. Der Beobachtung größerer Reinlichkeit beim Impfgeschäft ist es in erster Linie zu verdanken, daß Impfkrankheiten gegenwärtig viel seltener vorkommen als früher. Nach amtlichen Mitteilungen betrug die Zahl der registrierten, mit der Impfung in Zusammenhange stehenden Todesfälle (an Rotlauf, Verschwärung der Impfpusteln, Blutvergiftung) im Jahre 1883 in dem deutschen Reiche 15; 1886 waren es 10, 1887 16, 1888 7 und 1892 nicht mehr als 5. Man darf wohl behaupten, daß hiemit, auch wenn die Zahl der Todesfälle nach der Impfung nicht weiter reduziert werden könnte, die Vorteile, welche die Schutzpockenimpfung der Kinderwelt nicht nur, sondern der gesamten Bevölkerung bietet, nicht zu teuer erkauft sind. Wir haben ja eben gesehen, wie groß die Gefahr, an den echten Blattern zu erkranken, resp. zu sterben, für die Ungeimpften im Falle des Ausbruchs einer Pockenepidemie ist.

Wie steht es nun mit der Uebertragung der Syphilis, der Lustseuche, durch die Schutzpockenimpfung? Eine irgendwie zuverlässige Statistik hierüber gibt es nicht; aber einzelne Beobachtungen scheinen unbedingt dafür zu sprechen, daß diese Krankheit bei der Impfung übertragen werden kann und auch in einer gewissen Anzahl von Fällen schon übertragen

Digitized by Google

worden ist. Man begreift vollkommen die Aufregung, welche solche Fälle in der Bevölkerung jeweilen hervorrufen mußten, und man begreift auch, daß derartige Vorkommnisse von jeher als gewichtige Agitationsmittel im Kampfe gegen die Schutzpockenimpfung benutzt wurden. In der That, wenn die Fälle von Syphilisverbreitung durch die Impfung nicht auf ein Minimum reduziert oder ganz beseitigt werden könnten, so müßte man es sich wohl überlegen, ob man mit gutem Gewissen der Bevölkerung ein so zweischneidiges Schwert, wie es unter diesen Umständen die Impfung wäre, empfehlen könne und wolle. Glücklicherweise sind wir nun in der Lage, durch Anwendung der Kälberlymphe statt humanisierter Lymphe, d. h. durch Entnahme des Impfstoffes vom Kalb anstatt von einem bereits geimpften Kind, die Gefahr einer Uebertragung von Syphilis auf die Impflinge vollkommen zu beseitigen. Damit ist auch der Agitation gegen die Impfung, insofern sie sich auf den Schaden stützt, welcher den Kindern aus der Impfung entstehen könnte, die Spitze abgebrochen. Leider wurde allgemein, auch nach dem Bekanntwerden der Kälberlymphe als eines guten Impfstoffes für den Menschen, allzulange an dem Impfen von Arm zu Arm festgehalten, teils aus Routine, teils weil man anfangs mit der Kälberlymphe weniger gute Erfolge erzielte als mit der humanisierten. Es wurde damit unnötigerweise der Agitation gegen das Impfen immer neue Nahrung und auch eine gewisse Berechtigung gegeben. Man hätte viel Unglück, das durch die Renitenz (den Widerstand) der Bevölkerung, der Impfung gegenüber, verursacht worden ist, verhüten können, man hätte manchem eifrigen und in seinen Kampfesmitteln nicht immer wähleriſchen Impfgegner die Lanze aus der Hand schlagen können, wenn man früher und rascher zur Impfung mit Kälberlymphe (in dieser oder jener Form) übergegangen wäre. Am entschiedensten wurde in dieser Beziehung in Deutschland vorgegangen: hier fanden noch im Jahre 1879 rund 97,4 % aller Impfungen mit Hülfe von humanisierter Lymphe und nur 2,6 % derselben mit Kälberlymphe statt; aber schon anno 1886 geschahen mehr als die Hälfte aller Impfungen vermittelst Tierlymphe und im Jahre 1894 war die humanisierte Lymphe vollkommen durch den tierischen (animalen) Impfstoff verdrängt.

Es ist also nicht wunderbar, daß schon seit einigen Jahren in Deutschland keine Fälle von Uebertragung von Syphilis durch das Impfen beobachtet worden sind und daß die Agitation der Impfgegner in der Bevölkerung des deutschen Reiches einen weniger fruchtbaren Boden findet, als unter denjenigen der Nachbarstaaten. Uebrigens sind auch in anderen Staaten, in denen die Verwendung der Tierlymphe das Impfen von Arm zu Arm verdrängt hat, die Klagen über Ansteckung mit Syphilis durch das Impfen in neuerer Zeit verstummt. Ich erwähne unter anderm Rußland, wo seit vielen Jahren ausschließlich Kälberlymphe zur Verwendung kommt und wo man nichts von Impf-Syphilis hört, trotzdem daß in einigen Gegenden die Syphilis im Volke sehr verbreitet ist, und trotzdem daß in vielen Gouvernements, dank der Institution der landschaftlichen Medizin (unentgeltliche Krankenpflege), ein sehr großer Prozentsatz der neugeborenen Kinder jährlich geimpft wird (im Gouvernement Moskau allein nicht weniger als 50000).

Es ist nach dem Gesagten eine verbrecherische Uebertreibung, wenn der Bevölkerung von seiten der Impfgegner immer noch Schreckbilder von Kindern vorgemalt werden, die infolge der Schutzpockenimpfung sozusagen an Leib und Seele zu Grunde gegangen sein sollen, und wenn ganz vereinzelte, mit der Impfung wirklich in Zusammenhang stehende Erkrankungen von sogenannten „Menschenfreunden“ als eine alltägliche Erscheinung hingestellt werden. Die gegenwärtig vervollkommnete Impftechnik hat allen derartigen Einwänden den Boden unter den Füßen weggenommen.

(Schluß folgt.)

Digitized by Google

Zur moralischen Gesundheitspflege.

In einem akademischen Rathausvortrag in Zürich besprach Dr. Bleuler, Direktor der Irrenanstalt Burghölzli, die auch vom Standpunkt der moralischen Gesundheitspflege ungemein wichtige Verbrecherfrage. Er äußerte sich am Schlusse seiner Ausführungen über die Hauptsache der ganzen Angelegenheit, über die Verhütung des Verbrechertums, laut einem Bericht der „Neuen Züricher Zeitung" folgendermaßen:

Vom theoretischen Standpunkt wird man fordern: Lindert die Armut, und die Eigentumsverbrechen werden um einige Prozent geringer werden, mindert die Klassengegensätze und eine Reihe von Verbrechen werden wegfallen. Sorget dafür, daß die Mütter ihre Kinder erziehen können, statt in der Fabrik zu arbeiten, und ihr werdet eine tüchtigere Jugend bekommen. Aber die soziale Frage wird nicht in hundert Jahren gelöst werden. Unterdessen können und sollen wir noch etwas thun: für eine bessere Erziehung sorgen in moralgesundheitlicher, sittlicher Hinsicht, dann werden viele auch der schwächeren Naturen sich halten können, während allerdings die von Geburt an schwer Belasteten auch dann zu Verbrechern werden müssen. Also einmal einen energischen Unterricht in der Sittenlehre (Ethik), der alle ihre Seiten berücksichtigt: die Wahrheitsliebe wie die Stärke des Charakters, die Liebe zum Nächsten wie die unbeugsame Kraft des Willens. Ich mache mit Bewußtsein unserer Schule den Vorwurf, daß sie in der genannten Beziehung viel zu wenig thut. Die ethische Bildung, die Erziehung zu gesunden Sitten, ist tausendmal mehr wert, als das Viel-Wissen, ein guter Charakter mehr, als die Intelligenz. Man überläßt die Ethik zum großen Teil dem fakultativen Religionsunterricht und da wird sie, soweit meine Erfahrung reicht, sehr indirekte gelehrt. Ethik kann und muß in den meisten Fächern getrieben werden. Aber dann darf der Lehrer nicht in der Unterrichtsstunde im Rausch oder im Katzenjammer grobe Schnitzer machen. Ich habe das an dreien meiner Lehrer erlebt.

Es kommt nun die Verhütung der Anlage. Auch hier haben wir zum großen Teil noch unbesiegbare Widerstände vor uns. Degenerierte Leute, namentlich solche mit ethischem Defekt, sollten nicht heiraten können. Man sollte dafür sorgen, daß Mütter und Säuglinge gut ernährt werden u. s. w.

An einem Orte besonders kann jeder einzelne jetzt schon einen erklecklichen Beitrag zur Minderung des Verbrechens thun: in der Alkoholfrage. Der Zusammenhang des Verbrechens mit dem Alkohol ist ein allbekannter. Die Mehrzahl der Verbrecher sind Alkoholiker, ein großer Teil der Alkoholiker wird zu Verbrechern im Sinne des Strafgesetzbuches, alle sind es im Sinne der Moral und der Gesellschaft: sie zerstören ihre Arbeitskraft und das Glück ihrer Familien, sie verlangen vom Staat Unterhalt in Spitälern und Irrenhäusern, kurz, sie schädigen auf tausend Arten die Gesamtheit.

Der Alkohol stört die Hemmungen, welche den nüchternen Menschen abhalten, seinen Trieben und Gefühlen freien Lauf zu lassen; daher werden etwa drei Viertel der Verbrechen gegen die Person, namentlich Körperverletzungen, unter seinem Einfluß verübt. Er erzeugt aber auch direkt schlimme Triebe. Es gibt z. B. Leute, die nur nach Alkoholgenuß in geschlechtlicher Beziehung (sexuell) abnorm werden und dann Attentate begehen. Der dauernde Alkoholgenuß schädigt von einer gewissen, oft sehr geringen Menge an die Moral überhaupt. Der Militärstrafrichter Hilty sagt, daß so ziemlich alle der Verbrechen, die er zu beurteilen hatte, mit dem Alkohol zusammenhängen.

Damit ist aber das Sündenregister des Alkohols noch nicht voll. Gerade er ist das wichtigste Gift, das die Degeneration, die Entartung der Kinder und damit das Verbrechertum

Digitized by Google

bedingt. Die Stammväter von Verbrecherfamilien sind nicht selten Alkoholiker. Schon Morel hat vor 50 Jahren nachgewiesen, daß die jugendlichen Verbrecher vorwiegend alkoholische Eltern haben. Seitdem ist es unwiderleglich nachgewiesen, daß der Alkoholismus, die Trunksucht der Eltern unendlich häufiger schuld ist an der Erzeugung kranker oder verbrecherischer Kinder, als die anderen Faktoren, z. B. die so oft genannte ökonomische Notlage.

So haben denn auch, als es sich um die Schaffung eines Bundesgesetzes gegen die Schnapspest handelte, anno 1885, alle Direktoren der schweizerischen Gefängnisse, mit Ausnahme desjenigen in Genf, einen Aufruf zu Gunsten des Gesetzes unterzeichnet und mit ihren Erfahrungen illustriert.

Wie man den Alkoholismus bekämpft, ist hier nicht auseinanderzusetzen; nur das möchte ich sagen, daß das Mäßigkeitspredigen und sogenanntes Mäßigkeitsüben noch nie etwas genützt hat. Wer in der Sache etwas thun will, kann es nur dadurch thun, daß er mit den Trinksitten ganz bricht und abstinent wird.*) Auf diesem Wege allein ist es z. B. in Norwegen gelungen, die Kriminalität soweit herabzusetzen, daß im Jahre 1844 auf 100 000 Einwohner 294, 1876 nur 180 Verbrechen kamen. Im Jahre 1838 wurden in Irland 12 096 schwere Verbrechen begangen, im Jahre 1841, nachdem der berühmte Pater Mathew durch seine hinreißenden Reden 1 800 000 Personen zur Totalabstinenz bekehrt hatte, nur 773, also bloß noch der 16. Teil, während in allen anderen Staaten die Kriminalität in die Höhe ging.

Sei gesund!

Dies ist, wird man sagen, eine sonderbare Forderung: Sei gesund! Gesund will freilich ein jeder sein; hängt denn die Gesundheit aber von seinem Willen ab?

Allerdings. Vorausgesetzt, daß keins der Eingeweide verletzt ist und du deinen Körper nicht durch Ausschweifungen sehr geschwächt hast, so kannst du gesund sein, wenn du nur ernstlich willst. Der ernstliche Wille hat auf den Körper einen mächtigen Einfluß**). Härte ihn nur nach und nach ab, sei mäßig und enthaltsam, widme den Tag der Arbeit und die Nacht der Ruhe, und wenn du demungeachtet zu kränkeln anfängst, anstatt zur Apotheke deine Zuflucht zu nehmen, suche lieber den Grund deines Uebelbefindens zu erfahren. Dies kannst du, wenn du über deine bisherige Lebensweise nachdenkst. Hast du den Grund deines Uebelbefindens erst entdeckt, so wird es dir leicht sein, dir durch einfache Mittel zu helfen. Unpäßlichkeiten z. B., die von Ueberladung des Magens herrühren, werden oft durch Versagung einer Mahlzeit gehoben. Etwas Mehreres hierüber zu sagen, trage ich deswegen Bedenken, weil es das Ansehen gewinnen würde, als wenn ich den Arzt machen wollte, was mir aber noch nie in den Sinn gekommen ist. Es mache sich ein jeder mit seiner Natur bekannt, erforsche, woher seine Krankheit komme und lerne die einfachen Mittel kennen, dieselbe zu heben so wird er sich eine dauerhafte Gesundheit erwerben können.

Das geht bei mir nicht! höre ich viele sagen. Lieber Freund, versuche es, ich hoffe, es wird gehen. Ich kenne mehrere Personen, die sonst viel mit körperlichen Leiden kämpfen mußten, aber durch Befolgung dieser einfachen Vorschriften zu einer festen Gesundheit gelangt sind.

*) Das ist denn doch zu weit gegangen. Wer mäßig ist im Trinken, wird gewiß nie im Rausch ein Verbrechen begehen, aus dem einfachen Grunde, weil er sich nie berauscht und deshalb immer wohl weiß, was er thut. Es gibt auch einen Abstinenzfanatismus, wie es einen Alkoholfanatismus gibt. Gerade die Ethik lehrt gleichfalls die Selbstbeherrschung hinsichtlich Genußmitteln, zu denen die alkoholischen Getränke gehören. Einem ausgesprochenen Alkoholiker freilich hilft nur die Abstinenz. Red.

**) Siehe hiezu auch das Buch des Philosophen Kant: Von der bloßen Macht des Gemüts, seiner krankhaften Gefühle Herr zu werden. Ausgabe in Reclam's Universalbibliothek.

Digitized by Google

(Aus Christian Gotthilf Salzmann's „Ameisenbüchlein" oder Anweisung zu einer vernünftigen Erziehung der Kinder. Reclam's Universalbibliothek 2450. Salzmann war einer der hervorragendsten Pädagogen aus der Reihe der Philanthropen, der im Jahre 1784 seine berühmte Erziehungsanstalt Schnepfenthal gründete. Das Ziel, das er sich bei der Erziehung der Jugend setzte, war nach seinen eigenen Worten: „Gesunde, verständige, gute und frohe Menschen zu bilden, sie dadurch in sich selbst glücklich zu machen und zu befähigen, zur Förderung des Wohles ihrer Mitmenschen kräftig mitzuwirken.")

Gesundheitszustand im Monat Januar 1900.

Der Januar 1900 zeigt gegenüber dem Dezember 1899 ein mäßiges Zurückgehen der Sterblichkeit, welche ja eine außergewöhnliche Höhe in der letzten Berichtsperiode erreicht hatte. In den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz mit zusammen 691 598 Bewohnern ist die Mortalität von 17,2 °/₀₀ auf 16,6 °/₀₀ zurückgegangen. Die Zahl der Geburten beläuft sich auf 25,4 °/₀₀, so daß ein Ueberschuß der Geburten von nur 8,8 °/₀₀ resultiert. Der Ueberschuß der Geburten über die Sterbefälle soll durchschnittlich 10 °/₀₀ betragen, um normalen Zuständen zu entsprechen, resp. damit eine Bevölkerung in aufsteigender Entwicklung befindlich bezeichnet werden kann. Daß diese Zahl im Januar 1900 nicht erreicht wird, rührt nicht in erster Linie von der hohen Sterblichkeit her, sondern ebenso sehr von der geringen Geburtenzahl. Im Januar 1898 betrug die Sterblichkeit 16,7°/₀₀; im Januar 1899 allerdings nur 15,1°/₀₀.

Für das ganze Jahr 1899 beträgt die Sterblichkeit in den 15 größten Ortschaften nach unseren Zusammenstellungen durchschnittlich 15,0 °/₀₀ und ergibt auch die Berechnung für die Sterblichkeit in der Stadt Zürich nach der in nächster Nummer erscheinenden Zusammenstellung der Todesfälle fürs ganze Jahr 1899 (2496 Sterbefälle) eine Durchschnitts-Mortalität von 15,2°/₀₀. Die Sterblichkeit in der Gesamtschweiz für das Jahr 1898 betrug 19,1 °/₀₀, während wahrscheinlich die Sterblichkeit in unserem gewohnten Umkreis der 15 größten Orte kaum viel von 15,0°/₀₀ (für Zürich z. B. im Jahre 1898 16,6°/₀₀) differieren würde. Daraus würde hervorgehen, daß die Sterblichkeit auf dem Lande, außerhalb der Verkehrszentren, eine erheblich größere ist.

Betrachten wir die Zusammenstellung vom Jahre 1899 für die Stadt Zürich etwas näher, so erfahren wir einmal in erster Linie, daß dieselbe gegenüber 1898 220 Todesfälle weniger zählt. Diese Abnahme der Sterbefälle verdanken wir beinahe allein dem Zurückgehen der Kindersterblichkeit von 411 auf 240. Unrichtig wäre es aber, daraus zu schließen, daß die Sterblichkeit an Kinderdiarrhoe infolge besserer Pflege oder größerer Reinlichkeit in großen Bevölkerungskreisen sich gebessert habe; die Ursache scheint vielmehr hauptsächlich in den bedeutend geringeren Sommer-Temperaturen und nicht anhaltenden Wärmeperioden des Jahres 1899 zu liegen.

Die Todesfälle infolge tuberkulöser Erkrankungen sind sich fast gleich geblieben; im Jahre 1898: 418; im Jahre 1899: 390.

Die Sterblichkeitsverhältnisse in der Stadt Zürich für den Monat Januar 1900 verhalten sich wie folgt: Nach Abzug der 15 Totgeborenen erhalten wir 231 Todesfälle, welche eine Sterblichkeit von 16,3°/₀₀ entsprechen. Gegenüber dem vorangegangenen Monate bedeutet dies ein Zurückgehen der Sterblichkeit um 2,52 °/₀₀. Im Januar 1899 betrug die Sterblichkeit nur 13,9 °/₀₀. Die Abnahme der Sterblichkeit gegenüber dem Monat Dezember 1899 verteilt sich auf die verschiedenen Todesursachen ziemlich gleichmäßig. Im Vergleich zum Januar 1899 ist eine erhebliche, wohl auch zufällige Schwankung zu konstatieren in der Rubrik der kurz nach der Geburt Gestorbenen, welche von 17 auf 33 in diesem Jahre ansteigt. Im Zusammenhang mit der großen Masernepidemie, welche die Stadt heimsucht, zählen wir 21 Todesfälle

Digitized by Google

infolge von Lungenentzündung nach Masern, während im Januar 1899 diese Todesursache ganz wegfiel. Von diesen 21 Kindern gehören fast alle den drei ersten Lebensjahren an, nur eines ist über 5 Jahre alt. Die gleichzeitig immer noch vorhandene Scharlachepidemie forderte nur 2 Todesfälle. Außer der großen Zahl von Masern-Lungenentzündungen finden wir noch eine weitere große Zahl von Todesfällen an anderen Erkrankungen der Atmungsorgane im Januar 1900, so daß sich der Schluß daraus leicht ergibt, wie günstig für Erkrankungen dieser Organe die Verhältnisse, wohl hauptsächlich die Witterung, in dieser Zeit gewesen sind.

Masernerkrankungen sind im Januar 1900 385 zur Anzeige gelangt in der Stadt Zürich. Die Epidemie hat sich über den Kreis IV, auf den Kreis I und V hauptsächlich ausgebreitet. Scharlacherkrankungen kamen 57 zur Anzeige. Im Dezember 1899 hatten wir nur 51 Erkrankungen an Scharlach und ich kann nicht unterlassen, hier noch einmal zu wiederholen, daß nach Neujahr sich nicht nur bei Masern, sondern auch bei Scharlach eine etwelche Zunahme der Erkrankungsfälle gezeigt hat, welche wohl vor allem der größeren Ansteckungsgelegenheit über die Festtage infolge ungenügender Vorsicht des Publikums zugeschrieben werden muß.

Unter den Todesfällen in Zürich befindet sich einer an Pocken und im Anschluß hieran ist es am Platze, von dem gegenwärtig vereinzelten Auftreten der Pocken in der Schweiz und speziell von den zwei bis jetzt isoliert gebliebenen Zürcher Fällen zu sprechen. Gegen Ende Januar war man in Zürich gerade mit all den Bekämpfungsmaßnahmen (Desinfektionen, Isolierung der Verdächtigen ꝛc.) gegen eine Verschleppung der Pocken durch den ersten, von Basel stammenden Fall zu Ende und mit peinlicher Sicherheit konnte man annehmen, daß eine weitere Erkrankung von dieser Seite her kaum mehr zu erwarten sei. Da trat der zweite Pockenfall auf. Ein Student der Medizin, dessen gewissenlose Ueberhebung und unwissenschaftliche Einbildung ihn nicht davon abhielten, das Leben vieler Mitmenschen zu gefährden, hatte trotz ernster Ermahnungen von Seiten des Lehrers, der alle durch Impfung nicht genügend geschützten Studenten gewissenhaft fernzuhalten bestrebt war, Pockenkranke im Pockenspital, obschon nie geimpft, besucht und ist dann zum warnenden Beispiel für alle Impfgegner allein unter den mehr als 50 andern Studenten nachher an Pocken erkrankt. Aber nicht nur der Student allein, sondern auch sein Vater, der als Lehrer in öffentlicher Stellung steht, hat in verblendetem, egoistischem Fanatismus des Andersdenkenden, des Besserwissenden, sich nicht gescheut, in gleicher, rücksichtsloser Weise die Gesundheit seiner Schulkinder und ganzer großer Bevölkerungskreise aufs Spiel zu setzen. Wirklich erleichtert müssen wir jetzt aufatmen, nachdem die kritische Zeit überstanden ist, in welcher sich weitere Erkrankungen hätten zeigen müssen. Und wenn sie auch diesmal dieser in sträflich leichtsinniger Weise, von einer einzigen Familie provozierten Gefahr entronnen sind, so dürfen wir dennoch nicht für die nächste Zukunft — die Wege der Pockenansteckung sind so gewundene und versteckte — die Möglichkeit weiterer Fälle absolut aus dem Auge verlieren; besonders auch, wenn wir berücksichtigen, daß vorläufig fast jede Woche neue vereinzelte Pockenerkrankungen aus einer ganzen Anzahl von Schweizer Kantonen gemeldet werden, daß außerdem in Italien offenbar eine beträchtliche Zunahme der Pocken in verschiedenen Distrikten stattgefunden hat und eine Verschleppung bei der periodischen Auswanderung der italienischen Erdarbeiter nach dem Norden, sobald wärmeres Wetter eintritt, sehr nahe liegt.

Von der Pest in Europa resp. in Portugal gehen fortwährend günstige Berichte ein; seit Mitte Januar bis heute sollen keine weiteren Erkrankungen mehr, weder in Oporto noch in Portugal überhaupt konstatiert worden sein. A. M.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Januar 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	10	5	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	10	5	15	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	22	11	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	22	11	33	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	2	.	4	.	.	1	7	8	
IV. Gewaltsamer Tod	.	1	.	.	.	.	2	.	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	1	5	Unfall 4, Selbstmord 1
V. Allgemeinkrankheiten	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	3	.	3	
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	
Masern und Scharlach	6	4	7	5	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	14	9	23	Masern 21, Scharlach 2
Diphtherie	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
Croupöse Lungenentzündung	6	7	.	2	.	.	.	.	.	.	1	1	.	1	.	.	.	.	.	2	.	.	.	.	7	13	20	
Tuberkulose der Lungen	1	.	.	1	.	.	.	.	4	1	3	3	1	3	3	1	.	.	.	1	.	.	.	.	12	10	22	
„ anderer Organe	.	3	.	1	1	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	2	6	8	Tub. Hirnhautentzdg. 5, Knochentuberkulose 3
Andere anstek. Krankheiten	2	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	1	5	Keuchhusten 2, Rose 1, Sepsis 2
VII. Krankh. der Atmungsorgane	6	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	3	.	1	1	.	1	.	.	11	3	14	Katarrh. Lungenentzündung 10
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	2	3	1	2	4	2	2	10	3	2	.	.	.	.	14	19	33	Arterienverkalkung 6
IX. „ „ Verdauungsorg.	10	5	.	1	.	.	.	.	.	2	.	.	1	.	3	.	2	.	.	2	.	.	.	.	16	10	26	Kinderdiarrhoen 14, Magen-, Darm- und Leberkrebs 5
X. „ des Nervensystems	.	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	1	.	.	2	2	.	3	.	1	.	.	2	9	11	Hirnschlag 8
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	1	.	.	2	.	3	1	1	.	.	.	.	.	7	3	10	Nierenentzündung 8
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	1	.	.	1	.	.	.	.	.	1	3	4	Gebärmutterkrebs 3
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	2	1	3	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Total	66	38	9	11	3		2	2	6	5	9	9	6	8	12	5	13	13	8	15		6	.	.	134	112	270	

Witterung im Januar 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°. Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 1—5	6—10	11—15	16—20	21—25	26—30
Zürich . .	493	1.6	3.2	10.6	17.	—6.7	15.	4.2	1.4	—3.5	2.9	5 3	0.6
Basel . .	278	3.1	3.6	11.4	17.	—5.6	15.	6 5	2.9	—1.8	4.0	6.2	2.0
Neuchâtel .	488	1.6	2.7	10.9	23.	—6.4	14.	3.5	1.5	—2.8	2.9	4.8	0.7
Genf . .	405	2.7	2.8	13.3	23.	—5.3	15.	5.3	2.5	—1.6	4.1	5.4	0.8
Bern . .	572	0.6	2.7	9.8	23	—7.2	31.	2.5	0.6	—3.9	2.3	3.7	—0.7
Luzern . .	451	1.3	2.7	9.0	23.	—6.6	15.	3.8	1.4	—2.9	1.8	4.5	0.7
St. Gallen	703	0.2	2.4	9.6	2.	—10.8	15.	4.7	0.0	—5.8	0.9	4 0	—1.1
Lugano. .	275	3.5	2.4	12.6	26.	—4.6	15.	5.1	6.0	1.7	2.3	3.5	3.8
Chur . .	610	0.7	2.0	13.8	3.	—9.6	14./15.	7.2	0 6	—4.3	0.9	3.1	—1.5
Davos . .	1557	—5.0	2.3	8.3	3.	—18.1	31.	2.6	—3.9	—11.3	—4.6	—0.6	—8.3

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d normal	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	stürmisch
Zürich . .	717.9	85	136	89	85	22	16	0	3	0	22	6
Basel . . .	736.9	88	102	69	91	22	8	0	0	0	25	2
Neuchâtel .	718.6	89	108	59	86	18	9	0	1	0	23	7
Genf . . .	726.1	83	114	75	85	18	5	0	8	0	20	9
Bern . . .	711.1	86	108	64	87	20	13	0	8	0	23	7
Luzern . .	721.8	85	111	68	80	22	13	0	1	0	20	2
St. Gallen .	699.4	85	166	112	86	21	16	0	4	0	21	1
Lugano . .	735.3	73	95	38	51	8	0	0	0	11	11	8
Chur . . .	707.4	90	74	33	74	17	13	0	1	2	14	3
Davos . .	628.8	84	69	24	69	17	16	0	2	4	14	1

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 30, Basel 14, Bern 42, Genf 48, Lugano 119, Davos 52.

Das letzte Jahr des Jahrhunderts leitete sich durch einen milden, aber unfreundlichen und nassen Januar ein. Abgesehen von einer fünftägigen Kälteperiode am Beginn der zweiten Dekade und eines ganz leichten und noch kürzere Zeit anhaltenden Frostes am Schlusse des Monats, lag die Temperatur im Flachland während der ganzen Zeit über Null und erreichte im Monatsmittel einen Wärmeüberschuß von 2 bis 3 Grad. Zu Anfang des Monats stand die milde Witterung unter dem Regime eines im Westen gelegenen Depressionsgebietes. Beim Vordringen der Depression in den Kontinent traten mit dem 2. von Westen her ostwärts sich ausbreitende ausgiebige Regenfälle ein, denen bei langsam sinkender Temperatur vom 5. an mehrfach Schneefälle folgten, zeitweise mit Regen vermischt. Nachdem schon am 6. vorübergehend sich von Norden her über Zentraleuropa eine Hochdruckzone eingestellt hatte, erstreckte sich am 11. von Westen her eine solche über den Kontinent und bedingte durch die jetzt eintretende nordöstliche Luftströmung die oben erwähnte Frostperiode, die sich auch auf der Südseite der Alpen, allerdings hier nur gelinde, bemerkbar machte. Schon am 16. erfolgte jedoch unter dem Einfluß einer im Nordwesten erschienenen tiefen Depression ein rascher Umschlag zu mildem Wetter. Der von ziemlich heftigen südwestlichen Winden begleitete ausgiebige Regen führte eine rasche Schneeschmelze herbei. Das trübe und vielfach regnerische Thauwetter hielt dann bis zum Schluß des Januar an. In den letzten Tagen des Monats stellten sich, bedingt von einer im Norden auftretenden Hochdruckzone bei gleichzeitiger Bildung von Depressionen über der Südhälfte des Kontinents, nordöstliche Winde mit sinkender Temperatur und Schneefall ein. Die Zahl der Niederschlagstage war, abgesehen vom Südfuß der Alpen, eine sehr be-

Digitized by Google

MAR 18 ... LIBRARY

trächtliche und die Niederschlagsmenge überstieg die normale im ganzen Lande, am erheblichsten in der Nordostschweiz, wo sie bis zum dreifachen Betrag des Mittelwertes stieg. In den tiefern Lagen hielt die Schneedecke jeweils nur kurze Zeit an. Die mittlere Bewölkung war sehr bedeutend und dementsprechend die Sonnenscheindauer eine geringe. Bei letzterer war der Ausfall gegenüber dem Durchschnitt erheblich, in Lugano dagegen nur unbedeutend.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Fortschritte der Leichenverbrennung.

In England macht die Leichenverbrennung, bekanntlich das rationellste Verfahren der Totenbestattung, gute Fortschritte. Gegenwärtig liegen dem Parlament nicht weniger als fünf Anträge größerer Stadtverwaltungen vor, welche die Erlaubnis zur Errichtung von Krematorien (Leichenverbrennungsanstalten) nachsuchen.

Neue Litteratur.

Prof. Dr. Lehmann und Dr. Neumann: Atlas und Grundriß der Bakteriologie. In 2 Teilen. 2. vermehrte und verbesserte Auflage. J. F. Lehmann. 1899. 16 Mark.

Die Lehre von der pflanzlichen Kleinlebewelt (Mikroorganismen) aus der Gruppe der Bakterien (Spaltpilze), die sogen. Bakteriologie, besitzt für die öffentliche Gesundheitspflege, für die Verhütung (Prophylaxis) und Bekämpfung von Krankheiten (zumal für die Desinfektionspraxis) deshalb eine so große Bedeutung, weil für eine ganze Reihe verbreiteter und gefährlicher Krankheiten die Erreger oder Ursachen in ganz bestimmt charakterisierten Arten jener winzigen Gesundheitsfeinde nachgewiesen worden sind. Das gilt von der Cholera, von der Pest, von Tuberkulose, Typhus, Diphtherie, Eiter bildenden Entzündungen, Wundrose und wie sie alle heißen mögen, die vereinzelt oder seuchenhaft auftretenden, oft so verheerend um sich greifenden Ansteckungen und Blutvergiftungen (Infektionen). Durch intensive Forscherarbeit, Beobachtungen an Tier und Mensch, am lebenden Organismus wie an der Leiche, durch Experimente (Impfungen) ꝛc. ist eine zwar noch junge, aber bereits ein großes Spezialgebiet umfassende Wissenschaft entstanden, welche für die Sanitätspolizei der übertragbaren Volkskrankheiten (Seuchen oder Epidemien) ein ungemein hohes praktisches Interesse hat. Aber auch für den Arzt, der in dem mikroskopisch geführten Nachweis der kleinen Wesen, in dem Verhalten ihrer Kulturen und Ueberimpfungen die schätzenswertesten, ja häufig geradezu unerläßlichen Hilfsmittel für Erkennung bestimmter Krankheiten findet (wir erinnern nur an die Feststellung des Tuberkulosepilzes im Auswurf Hustender, des Diphtheriekeimes in den Ausschwitzungen (Membranen) der Halsorgane bei der Rachenbräune). Und ein namhafter Teil der Arbeit in den dem Dienste der Gesundheitswissenschaft (Hygiene) gewidmeten hygienischen Instituten wird von dem Studium der Bakterien, der harmlosen wie der krankmachenden (pathogenen) eingenommen.

Es ist leicht begreiflich, daß eine von so vielen Seiten in Angriff genommene und kultivierte, aber schwierige Spezialwissenschaft, wie diejenige der Bakteriologie, welche für die Praxis so wertvolle Resultate liefert, auch eine umfangreiche Litteratur hat erzeugen müssen. Zum Verständnis der mannigfaltigen Bakterien-Gestalten, soweit es ohne Anschauung des Einzel-Lebewesens in natura selber möglich ist, dienen Bilderwerke und so sind mancherlei farbige Tabellenwerke und Atlanten darüber erschienen. Eine der besten Veröffentlichungen,

Digitized by Google

welche auch dem Laien gute Belehrung bietet, ist der oben angezeigte, bereits in 2. vermehrter Auflage in 2 Bänden erschienene und von zwei tüchtigen Forschern herausgegebene Atlas und Grundriß der Bakteriologie. Der 1. Teil enthält in 69 Tabellen die bildlichen Darstellungen über ebensoviele Spaltpilzarten (Species), unter denen für die Verhütung und Bekämpfung von Infektionskrankheiten folgende das Hauptinteresse beanspruchen: Die Eiter erregenden Coccen, der Typhusbacillus, das Pestbakterium, der Bacillus des Milzbrandes, des Starrkrampfes (Tetanus) und der Diphtherie, der Vibrio der Cholera (der sogen. Kommabacillus), das Mycobakterium der Tuberkulose (der Tuberkelbacillus, der Erreger der weitverbreiteten und verheerenden Tuberkulose, speziell in den Lungen), der Influenza, die gerade in diesem Winter wieder so arg spuckte. Der nötige Anschauungsunterricht über die so mannigfaltigen Bakteriengestalten wird in vorzüglichen Formen und Farben in den vielen Tabellen des Atlas bildlich vor Augen geführt. — Der 2. Band, 495 Seiten stark, liefert den Text, die Beschreibung des Bakterienlebens nach Gestalt, Erscheinungsweisen, Färbbarkeit, Wachstums- und Lebensbedingungen, im mikroskopischen Ansehen ꝛc., kurz, eine genaue botanisch-hygienische Systematik und Schilderung dieser bunten Liliputer-Lebewelt im Pflanzenreich. Besonderes Interesse vom Standpunkt der Seuchenlehre, soweit sie mit den Mikroorganismen der Spaltpilze zusammenhängt, bieten die Kapitel von der Krankheitserregung durch jene Gesundheits- und Lebensfeinde, von der Neigung (persönlichen Disposition), ihnen zum Opfer zu fallen, dem Schutze dagegen (Immunität). In der 2. Auflage ist die Lehre von den Erregern der Diphtherie und Tuberkulose gründlich neubearbeitet worden.

Das treffliche Werk bietet außerordentlich viel Belehrung und Anschauung.

C.

MAGGI's
Suppen-Würze
in Originalfläschchen von 50 Rp. an, macht augenblicklich jede Suppe u. jede schwache Fleischbrühe überraschend gut u. kräftig.

MAGGI's
Suppen-Rollen
in Tabletten zu 10 Rp. für 2 gute Portionen, zu sofortiger Herstellung jeder Art vorzüglichster Suppen. 58 G

MAGGI's
Bouillon-Kapseln
zu 15 u. 10 Rp. geben augenblicklich, nur mit siedendem Wasser übergossen, eine vorzügliche Kraftbrühe.

Chamer Milch
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche
Birmenstorfer Bitterwasser
Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.
Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

Digitized by Google

Abstinenz-Sanatorium am Untersee (Schweiz)

in

Ermatingen „Schloss Hard"

Behandlung Alkoholkranker, sowie aller solcher Nervenleidenden, bei denen die Enthaltung von geistigen Getränken zu fordern ist.

Prächtige Gesellschaftsräume, Wintergärten, gedeckte Terrassen, Billard, Kegelbahn, Schützenstand, Turn- und Fechtsaal. Modernste Badeinrichtungen, grosser, romantischer Park, Gelegenheit zu jeglichem Land- und Wassersport. — O F 8365 —

Individualisierende und methodische Beschäftigung der Patienten. Heilgymnastik. Suggestivtherapie.

Mitglieder der Expertenkommission und des Verwaltungsrates: Unter andern die Herren Prof. Dr. Forel, Chigny, Prof. Dr. von Speyr, Bern, Prof. Dr. Bleuler, Zürich, Direktor Frank, Münsterlingen.

Prospekte und nähere Auskunft sind zu erhalten durch den Direktor der Anstalt **Dr. Liebetanz.**

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Drogerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

TORIL

Schutzmarke.

Fleisch-Extract

übertrifft an Nährkraft und Wohlgeschmack die Liebig'schen Extracte und ist in allen besseren Drogen-, Delicatessen- und Colonialwaaren-Handlungen zu haben.

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung

natürlicher Jodbäder im Hause.

Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni

K. u. k. österr Hof- und Kammerlieferant

Wien

Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.

Zu haben in allen Apotheken, Drogerien u. Mineralwasserhandlungen.

Arzt gesucht.

Für eine in aufsteigender Entwicklung befindliche, grössere Stadtgemeinde im bad. Wiesenthal (1500 Einw.) soll ein zweiter Arzt gewonnen werden.

Das zum Voraus gesicherte Einkommen (ohne Privatpraxis, welche sich auf benachbarte Gemeinden ausdehnen kann) beträgt 1200 Mark. — Erhöhung nicht aussichtslos.

Tüchtigen Aerzten steht hier ein schönes Feld bevor und je eher die Stelle besetzt wird, desto bessere Einnahmsquellen sind zu erwarten.

Gefl. Anfragen sub Chiffre **Z. B. 69** bef. **Rudolf Mosse, Basel.** (Zag.B.69)

• Zu verkaufen • für Apotheker und Aerzte!!

Gesundheitshalber in einem hübschen und wohlhabenden, ca. 2500 Einwohner zählenden Orte der Nord-Ostschweiz eine

Apotheke

die einzige in verschiedenen grossen Orten im Umkreise mit geräumigem schönem Wohnhause u. Garten.

Dieses schöne und gute Geschäft wirft jährlichen Nettogewinnst von mindestens 8—10000 Frs. ab und bietet nicht nur Fachleuten, sondern speziell einem jungen tücht. Arzte, der nebenbei seine Praxis ausüben könnte, **prima Lebensexistenz.**

Preis fix Frs. 60000.—, Anzahlung 15—25000 Frs.

Nähere kostenfreie Auskunft erteilt bereitwilligst 4 G

Gustav Dummel,

Liegenschafts-Bureaux, **Konstanz.**

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend

kräftig, ergiebig und haltbar

Originalpackung

	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität

Souchong Fr. 4.— per ½ kg
Kongou „ 4.— „

Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.

Carl Osswald, Winterthur.

Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 8 G

Nachtstühle

gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel.**

elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl.

Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1889.

P. Schneidegger

Sitzmöbelschreiner 5 G

Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. März 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 5

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Zu viel Gesundheittrinken. — Ueber die gesetzliche Regelung der Schutzpockenimpfung. (Schluß.) — Mehr Milch anstatt Bier als Volksgetränk. — Zur Verpflegung der mit „englischer" Krankheit (Rhachitis) behafteten Kinder. — Ausschluß geistiger Getränke aus Irrenanstalten. — Gesundheitsschutz in den Rasierstuben. — Tabelle über die Krankheiten der während des Jahres 1900 in Zürich Verstorbenen. — Schädlichkeit des Gesichtsschleiers. — Enthaltsamkeit (Abstinenz) von geistigen Getränken oder Mäßigkeit bei Studenten?

Zu viel Gesundheittrinken.

Mancher ist früh in's Grab gesunken,
Weil er zu viel — Gesundheit getrunken.

Ueber die gesetzliche Regelung der Schutzpockenimpfung.

Von Dr. F. Erismann in Zürich.

(Schluß.)

Durch die in dem Vorangehenden angeführten Thatsachen ist für uns die Frage, ob die Einführung des Impfzwanges zu empfehlen sei oder nicht, ohne weiteres entschieden. Die Thatsache, und namentlich die glänzenden Erfahrungen, die man in Deutschland gemacht hat, zeugen deutlich dafür, daß wir in der Schutzpockenimpfung ein sehr wirksames Mittel gegen die Verbreitung der echten Blattern besitzen, und die Impftechnik der neueren Zeit hat die Zahl der Erkrankungen, die als Folgezustände der Impfung auftreten können, auf ein Minimum reduziert. Man sage uns nicht, daß ähnlich günstige Verhältnisse, wie in Deutschland, auch anderswo, bei fehlendem Impfzwange, existieren und daß z. B. im Kanton Zürich ebenfalls sehr wenige Personen an Pocken sterben. Ein einfacher Vergleich wird zeigen, daß diese Behauptung falsch ist. In Deutschland sind im Laufe der 11 Jahre von 1886—1896 rund 1075 Todesfälle an Pocken zur amtlichen Kenntnis gelangt; das macht auf ein Jahr 88 Todesfälle und auf eine Million Einwohner im Jahre etwas weniger als 2 Todesfälle. Wie steht es nun im Kanton Zürich? Während der auf die Aufhebung des Impfzwanges folgenden 11 Jahre von 1884—1894 sind, nach amtlichen Aufzeichnungen im Kanton Zürich im ganzen 146 Personen an Pocken gestorben; das macht auf

Digitized by Google

ein Jahr 13,3 Todesfälle, und auf eine Million Einwohner berechnet, rund 33 Todesfälle. Die Pockensterblichkeit war also im Kanton Zürich im Laufe dieser Zeit relativ wenigstens 16 Mal größer als im deutschen Reiche!

Es bleibt nach alledem den Impfgegnern nur ein Grund zur Agitation gegen die obligatorische Schutzpockenimpfung — die Beschränkung der persönlichen Freiheit. Wir brauchen hierüber nicht viele Worte zu verlieren; die Sache ist an sich klar. Wäre die Schutzpockenimpfung nicht eine nützliche Maßregel, die der Bevölkerung viel Leiden und Unglück ersparen kann und wesentlich zur Hebung des allgemeinen Gesundheitszustandes beiträgt, oder wäre sie mit schädlichen Folgen verbunden, die den Nutzen, welchen sie bringt, auch nur annähernd aufwiegen würden, so wäre natürlich ein Obligatorium von vorneherein ausgeschlossen und niemand würde es der Bevölkerung verargen, wenn sie sich eine derartige Maßregel nicht aufzwingen lassen wollte.

Nun verhält sich aber, wie wir gezeigt haben, die Sache anders. Es liegt im Interesse der Gesamtheit, des Volkes, und es ist eine wohlberechtigte Forderung der öffentlichen, der Volksgesundheitspflege, daß Impfung und Wiederimpfung gesetzlich geregelt seien. Und zwar ist dies deshalb notwendig, weil im gegenteiligen Fall nicht nur der Einzelne, der nicht geimpft ist, sich der Gefahr aussetzt, an Blattern zu erkranken, sondern weil jeder Ungeimpfte oder nicht Wiedergeimpfte im Erkrankungsfalle dazu beiträgt, die Krankheit zu verbreiten. Die obligatorische Impfung und Wiederimpfung beschränkt die persönliche Freiheit nicht mehr und nicht weniger als alle anderen Gesetze, die im Interesse der Gesamtheit erlassen werden. Darin besteht ja gerade der Fortschritt auf sozialem und politischem Gebiete, daß das Faustrecht und das Manchestertum, welche die ideale Aera der persönlichen Freiheit darstellen, Zuständen Platz machen, bei denen der Einzelne seine persönlichen Interessen den Interessen der Gesamtheit unterordnen lernt. Und zumal in einem demokratischen Gemeinwesen sollte man erwarten, daß sich die Bevölkerung ohne Murren eigenhändig diejenigen Fesseln anlegen würde, welche das Gemeinwohl fordert. Und mit Recht; denn nur da, wo von den gesetzgebenden Behörden resp. vom Souveräne fortwährend das öffentliche Wohl im Auge behalten wird, werden auch die Interessen des Einzelnen in richtiger Weise gefördert. Es ist dies übrigens eine so elementare Wahrheit, daß sie weiterer Ausführungen hier nicht bedarf.

Schließlich halte ich es nur noch für notwendig, daran zu erinnern, daß man sich betreffs der Wahrung der so oft mißverstandenen persönlichen Freiheit bei Abwesenheit des Impfzwanges keiner Täuschung hingeben darf. Oder sind etwa die sanitätspolizeilichen Maßregeln, welche beim Auftreten auch nur einzelner Pockenfälle notwendig werden, nicht mit einer oft sehr lästigen Beschränkung der persönlichen Freiheit verbunden? Wo bleibt denn die persönliche Freiheit bei der zwangsweisen Ueberführung in das Pockenspital, bei der zwangsweisen Internierung aller derjenigen, welche mit verdächtigen Personen auch nur in entfernte Berührung gekommen sind, bei dem zwangsweisen Schulausschluß u. s. w.? Man kann ja allerdings in diesen Vorsichtsmaßregeln auch zu weit gehen und in unnötiger Weise die freie Bewegung des Einzelnen beschränken; aber etwas muß doch geschehen, um die Verbreitung der Krankheit zu hemmen, und die Grenze zwischen dem, was absolut notwendig ist, und dem, was man etwa ohne Gefahr für das Gemeinwohl unterlassen könnte, ist oft sehr schwer zu finden. Es ist also begreiflich, wenn diejenigen, welche die Verantwortung tragen müssen, eher etwas zu viel, als zu wenig thun. Immerhin aber muß bemerkt werden, daß, wie die in Ländern ohne strenge Durchführung der Impfung und Wiederimpfung immer von Zeit zu Zeit auftretenden Blatternepidemien beweisen, eine absolute Garantie gegen Verbreitung der

Digitized by Google

Blattern auch durch weitgehende Vorbeugungsmaßregeln nicht gegeben ist. Das rationellste Mittel im Kampfe gegen diese Krankheit ist und bleibt die gesetzlich geregelte Vaccination und Revaccination, die Impfung und Wiederimpfung.

Nachtrag der Redaktion. Zu obigem, die Impfschutzfrage und die Berechtigung wie Notwendigkeit der obligatorischen Schutzpockenimpfung in sehr einleuchtender Weise erörterndem Aufsatze geben wir noch folgende neuere Mitteilungen aus der Pockengeschichte. Sie beweisen, wie sich der schlechte Impfzustand in einer Bevölkerung rächt, und wie nötig es eigentlich wäre, daß internationale Vereinbarungen über die gesetzliche Impfung und Wiederimpfung für alle Kulturstaaten getroffen und strenge gehandhabt werden sollten. Denn Länder mit schlechten Impfungsverhältnissen unter den Bewohnern in Folge mangelnder sanitätsgesetzlicher Bestimmungen werden durch Einwanderung ihrer ungeimpften Angehörigen in gut geimpfte Staaten auch für die Verbreitung der Krankheit in benachbarte Länder gefährlich, da der Impfschutz nie ein absoluter und für alle Personen eines Landes vorhandener ist.

Das deutsche Reich, mit seinen staatlich wohl am besten geregelten Blatternverhütungsmaßregeln, wird von Seiten der Grenzländer, in welchen gesetzlich kein Impfzwang für die Bewohnerschaft existiert, immer wieder mit dem Pockensamen infiziert, der dann auch für ungeimpft gebliebene Reichsangehörige (denn solche gibt es immer wieder) verderblich werden kann. So kamen in den drei Jahren 1892—94 in Preußen 2080 Erkrankungen und 304 Todesfälle an Pocken zur Anzeige. In fast allen Fällen war der Ausbruch der Seuche auf Einschleppungen aus dem Auslande, namentlich aus den einen unzureichenden Impfschutz gewährenden Staaten Rußland, Oesterreich, Belgien und Holland nachweisbar zurückzuführen. Die Erkrankungen kamen auch beinahe ausschließlich in den Grenzbezirken vor. Das Inland blieb an den Pockentodesfällen fast unbeteiligt.

Im Verein für öffentliche Gesundheitspflege zu Frankfurt a/M. gab kürzlich Dr. Lehmann einen Bericht über die Blatternepidemie, die in der englischen Stadt Gloncester im Jahre 1895 herrschte. In dieser Stadt war der Impfzwang von der Behörde aufgehoben worden. Kinder unter zehn Jahren waren deshalb meistens ungeimpft. (Es bestanden da ähnliche schlechte Impfverhältnisse, wie dies nach der Aufhebung der Zwangsimpfung in den meisten Kantonen bei uns der Fall ist. Auch unsere Bevölkerung würde bei Ausbruch einer böseren Pockenseuche uud größerer Verbreitung derselben ein üppiges Blatternfutter liefern.) In Gloucester brach neun Jahre nach der Aufhebung der obligatorischen Schutzimpfung eine Pockenepidemie aus, welche sich trotz aller Sperrmaßregeln und Desinfektionen stark ausdehnte, wahrscheinlich auch dadurch begünstigt, wie dies fast regelmäßig geschieht, daß Verheimlichungen von Fällen geschahen. Das Volk geriet in Aufregung, ein Pockenspital wurde in Brand gesteckt! Bald proklamierte die Regierung abermals den Impfzwang. Im ganzen erkrankten in der Stadt von 52,503 Einwohnern 2036, also 4 % der Bevölkerung. Davon starben 22 %. Auch hier wieder erhärtete sich der große Nutzen der Impfung in schlagender Weise, indem die geimpften Kinder überhaupt nicht erkrankten, die ungeimpften dagegen in 81 % der infizierten Haushaltungen von der Plage ergriffen wurden. Die im zunehmenden Alter häufiger werdende Erkrankung der Geimpften, welche auch in Gloucester beobachtet wurde, erklärt sich aus dem Umstand, daß im späteren Leben nicht wieder geimpft worden war, aber auch die Sterblichkeit unter den nur einmal Geimpften erwies sich als unverhältnismäßig geringer wie bei den überhaupt nie Geimpften. Es starben 35 % Ungeimpfte gegen 5 % der Geimpften. In Krankenhäusern, wo alle Pfleger und Insassen geimpft waren, brach die Seuche überhaupt

Digitized by Google

gar nicht aus. Alle Polizeileute bis auf einen ließen sich und ihre Familienangehörigen impfen; nur die Familie des einen, der sich und die seinigen der Impfung entzog, erkrankte. Diese Epidemie ist gleichsam ein Experiment auf den Impfzwang: in Deutschland starben in dem nämlichen Jahre, in welchem obige Pockenepidemie in der genannten englischen Stadt ausgebrochen worden war, insgesamt nur 10 Personen an Blattern, während in Gloucester 443 von etwas über 50,000 Einwohnern der Krankheit erlagen. Die günstige Pockentodesziffer in Deutschland hatte man der obligatorischen Schutzimpfung in erster Linie zu verdanken, denn das Vorkommen von immerhin 10 Todesfällen beweist, daß auch im deutschen Reich in der erwähnten Zeit Pockeninfektionsstoff vorhanden war, der aber keinen empfänglichen Boden in der gut durchimpften und wiedergeimpften Bevölkerung fand. (Welche geradezu verbrecherische Unterlassungssünde der Staat demnach in Deutschland an seinen Angehörigen begehen würde, wenn die Bundesregierungen und der Reichstag den immer wieder eingereichten Petitionen und Anstürmen auf Freigebung der Schutzpockenimpfung in einer Anwandlung von Ohnmacht und Schwäche nachgäben, liegt für jeden Urteilsfähigen auf der Hand. Pocken und Jesuiten halte eine kluge Staatsregierung sich wohlweislich vom Leibe.)

Mehr Milch anstatt Bier als Volksgetränk!

In Nr. 3 dieser Blätter machten wir ganz kurz auf den Nährwert der Magermilch aufmerksam. Aber nicht nur dieses so billige Nahrungsmittel verdient weit größere Verbreitung, sondern die Milch im allgemeinen, die Voll- oder Ganzmilch muß wieder viel mehr, als es in unserer Zeit des stromweise vertilgten teuern Flaschenbieres geschieht, populärisiert werden. Und wo könnte und sollte dies mehr geschehen, als gerade in unserem Lande mit seiner hervorragenden Milchwirtschaft? Sie wäre berufen, der unter dem Szepter der Gewerbefreiheit so schrecklich überhandgenommenen Alkoholwirtschafterei mit den unendlich vielen Kneiplokalen (man sehe sich diesbezüglich nur einmal genau in städtischen wie ländlichen Ortschaften um), dem Kleinverkauf von alkoholhaltigen, für die Volksernährung nichts- oder so geringnutzigen Getränken über die Gasse, in die Familien hinein — sogar durch Milch-, Butter- und Käseläden — wirksame Konkurrenz zu machen, dem Land und Volk zum Segen. Dieses Bedürfnis wird auch in anderen Ländern empfunden, wo die gleichen Uebelstände im Volksleben, wie z. B. die Bierschwelgerei durch den enormen Flaschenhandel im Zunehmen begriffen sind. Dr. A. Grimm hat darüber in der österreichischen Monatsschrift „Humanität" unter dem Titel Milch als Volksgetränk einen beherzigenswerten kleinen Aufsatz geschrieben. Wir entnehmen ihm folgende Stellen:

Besonders müßte die Einführung der Milch als Getränk in volkswirtschaftlicher und fügen wir hinzu, volksgesundheitlicher Hinsicht mit größter Freude begrüßt werden. Man könnte sich für die Arbeiterbevölkerung kein entsprechenderes wertvolles und dabei nahrhaftes Getränk denken, als es z. B. frische, gekühlte Magermilch darstellt. Auch für Kinder wäre Milch solange als nur möglich als natürlichstes Mittel zur Stillung des Durstes zu wählen. Zum Glück wird jetzt auch von Seite der Aerzte in diesem Sinne gewirkt, die in ihrer Mehrzahl mit Recht das frühzeitige Rauchen und den Genuß von alkoholischen Getränken mit als Ursachen für die stets weiter umsichgreifende Nervosität unserer Zeit ansehen, und Professor Nothnagel nennt diese Getränke geradezu Gift für Kinder unter 14 Jahren.

Dem Einwande, daß Getränke nicht den Hunger, sondern den Durst zu stillen berufen

Digitized by Google

sind, wozu sich nicht jedes Getränk eignet, kann mit dem Beispiele Schwedens begegnet werden, woselbst die Milch zu allen Mahlzeiten genossen wird.

Dem Beispiele Schwedens ist auch unsere größte Fabrik milchwirtschaftlicher Geräte, die Aktiengesellschaft „Alfa-Separator" in Wien, gefolgt, die in anerkennendster und nachahmenswerter Weise behufs Einführung der Magermilch dieses Getränk und Nahrungsmittel an ihre Arbeiter kostenlos abgibt und dabei die besten Resultate erzielte.

Wenn man bedenkt, daß die Magermilch vielfach nicht einmal zum Preise von 2—3 Kreuzern (5—7 Rappen) Absatz findet, so ist dies der beste Beweis, wie wenig der Wert dieser Milch bekannt ist; wir erhalten thatsächlich dieselbe Summe an leichtverdaulichen Nährstoffen um diesen Preis kaum in einem anderen Nahrungsmittel.

Und daß es nur einen großen Vorteil bedeutet, neben der Stillung des Durstes auch dem Magen wertvolle Nährstoffe zuzuführen, wird wohl niemand leugnen, umsoweniger als von verschiedener Seite auch der Nährwert des Bieres betont wird und man von demselben als „flüssiges Brot" spricht. Wie widersinnig dies ist, geht aus der Thatsache hervor, daß die Summe an Nährstoffen in einem Liter Bier diejenige einer halben Fünfrappensemmel nur unmerklich übersteigt. Die Milch dagegen in Betracht gezogen, ergibt dem Bier gegenüber einen sechs- bis achtmal so hohen Nährwert.

Zur allgemeinen Einführung der Milch als Volksgetränk müßte allerdings mit verschiedenen alten Einrichtungen gebrochen werden, es müßte durch größte Reinlichkeit, Filtervorrichtungen u. s. w. ihre Haltbarkeit aufs höchste gesteigert und schließlich dafür gesorgt werden, daß die Milch, so wie in Schweden z. B., überall und leicht zu erhalten wäre.

Dies letztere zu unterstützen, scheint der von Ludwig Hoffmann in Berlin erfundene Milchautomat berufen.

Die Konstruktion eines solchen selbstthätigen Milchverkäufers erwies sich deshalb schwierig, weil derselbe nicht nur für die Entgegennahme des Geldes und Verabreichung der Milch eingerichtet sein mußte, sondern auch eine entsprechende Pflege der Milch durch Kühlen und Rühren und eine Reinigung der Trinkgefäße übernehmen mußte. Diesen Bestimmungen soll nun der Milchautomat von Hoffmann gerecht werden, und seine Aufstellung auf Spielplätzen, besonders aber in Schulhäusern, Schulhöfen u. s. w., um den Schülern und Schülerinnen in den Pausen eine Erquickung zu gewähren, wäre in verschiedenen Fällen geradezu eine Wohlthat für die weiter wohnenden Schüler. Sie würde andererseits möglicherweise den Konsum von Näschereien (Bonbons und Chocolade) aus den anderen Automaten einschränken. Für die Milchwirtschaft aber würde der vermehrte Milchverbrauch eine Erhöhung der Rentabilität bedeuten. —

Uns schiene von besonderer Wichtigkeit der Gebrauch solcher Milchautomaten in großen Fabriken zu sein, wo der Flaschenbierluxus eine ungebührlich große Ausdehnung unter den Arbeitern angenommen hat. Von einem derselben haben wir erfahren, daß er täglich 5 Flaschen Bier hinter die Binde gieße. Zu Hause läßt er dann Frau und Kinder darben!

Zur Verpflegung der mit „englischer" Krankheit (Rhachitis) behafteten Kinder.

In der Pflege rhachitischer, namentlich durch künstliche Ernährung häufig mit Knochenweichheit behafteter Kinder hat die zürcherische Heilstätte für Skrofulöse und Rhachitische in Aegeri (Kanton Zug) zuerst auch bei ganz zarten Kranken in systematischer Weise die Freiluftbehandlung zur Winterszeit konsequent durchgeführt. Der Direktor jener Anstalt

Digitized by Google

Dr. Hürlimann, schreibt uns, daß Freiluftkur und Sonnenbestrahlung in der Behandlung jener kleinen Patienten Heilmittel ersten Ranges seien; sie verlangen aber ein gleichmäßiges, geschütztes Klima (Haldenklima), wie es die genannte Zürcher Heilanstalt am Aegerisee in von der Natur so bevorzugter Weise besitzt.

Im 14. Jahresbericht (pro 1898) jener vorzüglichen Heilstätte schrieb ihr verdienter Leiter bezüglich Ernährung und Verpflegung der rhachitischen Kinder folgendes:

Wir haben eine Neuerung eingeführt, die sich bei sehr zarten Kindern als absolut nötig herausstellte: die Verabreichung von Heumilch zur Sommerszeit. Durch atmosphärische Einflüsse, Regen, Schmutz und Dünger, sowie durch Zugaben zur Grasfütterung, bestehend in Kohl, Rüben, Grüntrester u. s. w. erleidet die Grasfütterung solche Schwankungen und Verunreinigungen, daß die Milch in ihrer Reinheit und Zusammensetzung (Aroma, chemische Zusammensetzung u. s. w.) sich sehr ungleich gestalten muß. Durch Ernährung der Kühe mit an der Sonne gereinigtem Heu wird die Milch in ihrer Zusammensetzung gleichmäßiger und gewiß auch chemisch reiner. Es ist uns gelungen, dadurch die chronischen Diarrhöen und die krankhaften Gärungsvorgänge im Verdauungskanal auf ein Minimum zu beschränken. Bei der Grünfütterung sind es die Rüben, welche Nitratenbindungen in der Milch bedingen (Angabe von Prof. Dr. Zschokke in Zürich) und zu Diarrhöen (Abweichen) Anlaß geben.

Seit zwei Jahren, namentlich aber im letzten Winter, haben wir in Aegeri die konsequente Freiluft-Behandlung auch bei den zartesten und elendesten Kleinen eingeführt. Nachdem das Komite der zürcherischen Heilstätte den nötigen Kredit bereitwillig erteilte, ist nun die 17 m lange und $2^1/_2$ m breite Veranda des ersten Stockes in drei Liegeräume verwandelt worden. Dort ruhen auch zur Winterszeit ca. 20 Kleine, locker aber warm gewickelt, durch Tuchwände vor Zugluft und durch verstellbare Storren gegen direkte Sonnenbestrahlung geschützt, von morgens 9 Uhr bis abends 4—5 Uhr im Freien und genießen die meistens sonnige Luft der Wintermonate.

Kinder, die im geschlossenen Raum jeden Augenblick Schnupfen und Katarrhe des Kehlkopfes und der Luftröhre erhielten, werden ohne Nachteile der Freiluftbehandlung unterworfen und bleiben gesund. Allerdings ist die Sonnenbestrahlung an der Halde über dem Aegerisee eine ganz intensive. Aber auch bei bedecktem Himmel, wenn die Temperaturen im Schatten nicht unter 8° R. fallen, lassen wir die Kleinen gut gewickelt und im Gesicht mit einer leichten Gaze geschützt einige Stunden auf der offenen Halle liegen bei einer Sonnentemperatur von 20—30° R.

Die Freiluftbehandlung im subalpinen Klima ist neben der Soolbadkur wohl das vorzüglichste Kurmittel gegen Rhachitis. Beide kürzen den rhachitischen Prozeß ganz auffallend ab, und ganz besonders werden die sekundären Erscheinungen (allgemeine Körperschwäche, Blutarmut) durch die Freiluftbehandlung außerordentlich günstig beeinflußt. Die Zunahme des Gewichtes, sowie die günstige Beeinflussung aller Körpermaße, die schnellere Knochenbildung und die Abkürzung der Zahnungsperiode sind Erscheinungen, die mit der Freiluftbehandlung im Zusammenhang stehen.

Für erfolgreiche Durchführung derselben eignet sich die geschützte Lage der Heilstätte am Waldesrande und an der sonnigen Halde vorzüglich. Das Aegerithal steht zur Winterszeit unter dem Einfluß der südöstlichen Luftströmung, welche die Alpen und meistens auch unser Thal hell und nebelfrei erhält.

Immerhin müssen wir neuerdings raten, blutarme, entkräftete und mit erheblichen Katarrhen behaftete rhachitische Kinder unter einem Jahr nur ausnahmsweise zur Kur

Digitized by Google

nach Aegeri zu bestimmen, oder dann in der Höhe von 600 m eine dreiwöchentliche Zwischenstation machen zu lassen. Es ist ganz sicher, daß das Anpassungsvermögen blutarmer, rhachitischer Kinder unter einem Jahr gegenüber einer Höhendifferenz von ca. 400 m unter Umständen ein sehr beschränktes ist und Kinder, welche zu Hause schon zeitweise an Sauerstoff Mangel leiden und Neigung zu Atemnot zeigen, einen plötzlichen Wechsel von über 400 m Höhenunterschied nicht ertragen und wenigstens Anfangs die Erscheinungen einer raschen Blutverarmung mit allen ihren Gefahren an sich zeigen. Es ist möglich, daß bei solch Zarten sich die Zunahme der roten Blutkörperchen, die ja physiologisch bei einer Höhendifferenz von 400 m nicht ausbleiben sollte, zu langsam vollzieht. Diese Erscheinung hat besonderes praktisches Interesse für die Aerzte.

Ausschluß geistiger Getränke aus Irrenanstalten.

Obwohl es längst unbestritten ist, daß Nervenleiden und Geistesstörungen, welche auf den reichlichen Genuß alkoholhaltiger Getränke zurückzuführen sind, nur durch eine gänzliche Entziehung derselben geheilt werden, und daß solche Individuen, sobald sie sich an jene Getränke wieder zu gewöhnen beginnen, in den seltensten Fällen vor Rückfällen bewahrt werden können, und obwohl erfahrungsgemäß 30—40 % der Pfleglinge von Irrenanstalten sich ihre Leiden durch Alkoholgenuß zugezogen haben, zögerte man bisher noch in vielen solchen Anstalten mit der gänzlichen Entziehung des Alkohols. In der niederösterreichischen Landesirrenanstalt hat der Direktor das Beispiel der gänzlichen Ausschließung geistiger Getränke nachgemacht. Wie derselbe berichtet, war es bisher üblich, den mit landwirtschaftlichen Arbeiten beschäftigten Pfleglingen Bier, Landwein und Obstmost zu verabreichen, auch bei Erntefesten und Abendunterhaltungen erhielten dieselben Bier und Obstwein. War auch jedem Pfleglinge nur eine gewisse Menge zugeteilt, so wußten sich doch die zum Trunke geneigten „durch List oder Gewalt" mehr zu verschaffen. Die schlimmen Erfahrungen, welche hierbei gemacht wurden und die Vermehrung der Alkoholiker in der Anstalt durch Mehraufnahmen, veranlaßten den Direktor zur völligen Entziehung geistiger Getränke zunächst in jenen Abteilungen, in welchen Wachsäle eingerichtet waren, und in welche alle neuaufzunehmenden Kranken zuerst eintreten mußten. Die Durchführung dieser Maßregel war viel leichter, als man erwartet hatte. Es wurden Milch, Kaffee, Sodawasser und Thee mit Zitronensäure, kalt oder warm, als Erfrischungsgetränke eingeführt; bald gewöhnten sich auch die seit längerer Zeit in der Anstalt befindlichen landwirtschaftlichen Arbeiter an die neue Ordnung der Dinge und das Pflegerpersonal, welches natürlich, zum mindesten innerhalb der Anstaltsräume, auf geistige Getränke verzichten muß, wird für das ihm bisher lohnmäßig zubemessene Bier- oder Weinquantum ausreichend in Geld entschädigt. — Der Direktor berichtet, daß die gänzliche Entziehung von Alkohol als Genußmittel (an sämtliche Pfleglinge) am 2. November 1899 durchgeführt wurde, und daß der Erfolg sich zunächst in einem günstigen Einflusse auf die Feindseligkeit des Zusammenlebens der Patienten, ferner in zunehmender Sparsamkeit der Pfleglinge äußerte, und daß überdies die Verwaltung der Anstalt an den in Wegfall gekommenen Bier- und Weinrationen (täglich 30—35 Liter Bier und 4—5 Liter Wein) nicht unbedeutende Beträge sparte. „Man mag als Facharzt" — so schließt der Bericht des Direktors — „gegenüber der Alkoholabstinenzbewegung, wie sie allenthalben mehr und mehr in die Gesellschaftskreise eindringt, was immer für eine Stellung einnehmen, so wird man doch zugeben müssen, daß der Alkohol in jeder Form dem invaliden Gehirn und Nervensystem schädlich ist und daß es demnach wissenschaftlich

Digitized by Google

vollständig begründet ist, den Pfleglingen einer Irrenanstalt dauernd den Alkohol als Genußmittel zu versagen". —

Dies verdiente Nachahmung auch in allen schweizer. Irrenanstalten, staatlichen wie privaten. In der zürcherischen (Burghölzli) ist der frühere Direktor, Prof. Forel, trotz aller Anfeindungen s. Z. mit gutem Beispiel in der wichtigen Sache vorangegangen.

Gesundheitsschutz in den Rasierstuben.

Es ist bekannt, daß unter Umständen, durch Unreinlichkeit und durch Verschleppung ansteckender Krankheiten (Ansteckungen bei übertragbaren Haar- und Hautübeln ꝛc.) die Rasierstuben Schaden für die Gesundheit der in ihnen verkehrenden Kunden bringen können. Daß betreffende Gefahren existieren, ist unleugbar und durch die Erfahrung, wie Beispiele lehren, erwiesen. Allerdings hat man sich auch hier mancherlei Uebertreibungen schuldig gemacht; nichtsdestoweniger ist eine in vernünftigen Schranken gehaltene gesundheitliche Ueberwachung der genannten vom Publikum frequentierten Anstalten gewiß gerechtfertigt.

In der böhmischen Stadt Reichenberg hat die Behörde für die Rasier- und Haarschneidestuben und für den öffentlichen Verkehr in denselben folgende sanitätspolizeiliche Anordnungen erlassen:

1. Die Stuben müssen mit einem dichten, fugenlosen, leicht waschbaren Fußboden versehen werden. — Hiezu wird eine Frist von einem Jahre gewährt. Dieser Fußboden ist stets sauber zu halten und tagsüber wiederholt zu reinigen.

2. Die mit der Bedienung der Kunden beschäftigten Personen müssen mit reinen, weißen Jacken bekleidet sein und auf die Reinlichkeit ihrer Hände sorgfältigst achten. Es muß daher auch für diese Personen eine besondere, stets sauber zu haltende Waschvorrichtung vorhanden sein.

3. Jedem Kunden muß saubere, noch nicht gebrauchte Wäsche zur Verfügung gestellt werden.

4. Zum Einseifen dürfen weder Pinsel noch Schwämme Verwendung finden. Zum Bestäuben der Haut sind Bäuschchen aus entfetteter Wundbaumwolle zu gebrauchen. Dieselben müssen nach einmaliger Verwendung verbrannt werden. Puderquasten dürfen nur dann benützt werden, wenn sich die Kunden ihre eigenen mitbringen.

5. Alle Werkzeuge: Messer, Kämme, Scheeren, Bürsten u. s. w. müssen tadellos sauber sein.

6. Kunden, welche mit Ausschlägen im Gesichte oder mit Haarkrankheiten behaftet sind, dürfen nur mit eigenen Messern, Scheeren, Kämmen und Bürsten bedient werden, welche nach jedesmaligem Gebrauche durch Kochen in einer Sodalösung (2 : 100) zu reinigen sind. Die für solche Kunden gebrauchte Wäsche ist abgesondert von der anderen zu reinigen. Der Gewerbsinhaber ist in solchen Fällen verpflichtet, die Kunden auf eine ärztliche Behandlung aufmerksam zu machen.

Uebertretungen dieser Verordnung, welche anzuschlagen ist, werden bestraft.

Schließlich wird bemerkt, daß der beste Schutz vor jeder Uebertragung von Hautkrankheiten beim Rasieren und Haarschneiden dann vorhanden ist, wenn die Kunden sich eigene, nur für ihre Person bestimmte Rasier- und Haarschneidewerkzeuge anschaffen und dieselben nur zu ihrer Bedienung benützen lassen.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Jahres 1899 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	93	88	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	93	88	181	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	164	128	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	164	128	292	
III. Altersschwäche	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	4	7	20	35	12	10	1	1	37	55	92	
IV. Gewaltsamer Tod	5	.	11	4	.	3	8	1	21	3	16	3	13	2	15	1	6	2	2	1	.	.	.	.	97	20	117	Mord 1, Selbstmord 33, Unfälle 66
V. Allgemeinkrankheiten	11	4	1	4	.	1	1	1	1	2	2	1	.	3	1	3	2	2	3	1	.	.	.	.	22	22	44	Zuckerkrankh. 8, Rachitis 15, Bleivergiftg. 1
VI. Ansteckende Krankheiten:																										
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	4	5	7	7	2	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	13	13	26	Masern 22, Scharlach 4
Diphtherie	6	5	4	6	1	2	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	12	13	25	
Typhus	.	.	.	1	.	.	2	.	4	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	3	9	
Croupöse Lungenentzündung	21	18	2	4	2	1	.	1	3	.	6	1	12	5	6	9	8	8	9	6	.	.	.	.	69	53	122	
Tuberkulose der Lungen	5	2	3	7	2	3	1	14	38	37	46	20	41	21	33	9	9	9	3	7	.	.	.	.	181	129	310	
„ anderer Organe	5	2	9	11	8	7	2	2	2	3	4	2	3	3	6	4	1	3	1	2	.	.	.	.	41	39	80	Tub. Hirnhautentzdg. 48, Knochentuberkul. 15
Andere ansteck. Krankheiten	28	14	1	4	.	.	.	2	1	4	3	6	5	1	3	.	.	.	2	2	.	.	.	.	43	33	76	Bauchfellentz. 2, Nierenentz. 6, Kindbettfb. 11
VII. Krankh. der Atmungsorgane	19	22	3	8	.	.	2	1	3	2	4	4	7	3	9	11	14	12	8	15	.	.	.	.	69	78	147	Keuchhusten 27, Rose 8, Influenza 8
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	3	1	3	.	.	.	2	.	6	8	6	2	10	6	17	30	20	35	15	30	2	8	.	.	84	120	204	Varicellen 1, Blutvergiftg. 3, Syphilis 12
IX. „ „ Verdauungsorg.	142	99	5	3	1	.	2	1	6	5	12	7	19	14	27	21	26	35	11	15	.	2	.	.	265	201	466	Gelenkrheum. 3, katarrh. Lungenentzünd. 62, Herzfehler 13, Arterienverkalkung 48
X. „ des Nervensystems	13	9	6	1	1	.	2	2	1	1	5	3	5	7	19	15	18	22	15	14	2	8	.	.	87	82	169	
XI. „ der Harnorgane	.	1	.	1	1	2	.	1	2	3	11	.	11	2	10	2	13	2	.	5	.	.	.	.	48	19	67	Kinderdiarrhoen 240, Leberkrebs 75, Hirnschlag 91, Gichter 4, Nierenentzünd. 42
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	13	.	7	.	9	1	7	1	5	1	5	.	1	.	.	.	3	47	50	
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	2	.	2	Gebärmutterkrebs 16, Brustkr. 8
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	2	.	.	.	1	.	.	1	1	1	1	2	1	.	.	.	.	.	6	4	10	Magen- und Darmkrebs 65
XV. Unbekannte Todesursachen	3	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	6	1	7	Magengeschwüre 2
Total	523	499	55	61	18	19	25	27	88	82	117	57	127	77	148	115	114	144	91	139	17	29	1	1	1248	1148	2396	

Schädlichkeit des Gesichtsschleiers.

Wie oft sieht man noch, namentlich in den Städten, Frauenzimmer, jüngere wie ältere, mit dem bei vielen für besonders fein und nobel geltenden Gesichtsschleier, der namentlich als ein Schutzmittel gegen Feinde des zarten Teint (Kälte, Staub 2c.) in Ehren steht. Die Nachteile und Schädlichkeiten dieses Inventarstückes weiblicher Toilette nachgewiesen zu haben, ist ein Verdienst des Dr. med. O. Rosenbach, welcher den Gesichtsschleier vom hygienisch-medizinischen Standpunkt aus zum Gegenstande eines Vortrages in der Hufelandschen Gesellschaft der Aerzte in Berlin gemacht hat. Wir entnehmen den Erörterungen des Schleierforschers, zu Nutz und Frommen allfälliger schöner Leserinnen dieses Blattes, welche auch Anhängerinnen der Gesichtsverschleierung sein sollten, folgende praktische Lehren; sie dürften vielleicht diese oder jene, im Interesse der Gesundheit, zur Entschleierung veranlassen.

Der Vortragende berichtete über eine auffallende, fleckige, allen Behandlungsmethoden angeblich unzugängliche krankhafte Röte (Erythem) der Nase und der Wangen, welche er in der kalten Jahreszeit mehrfach hintereinander bei Frauen beobachtet hat und auf den Schleier als ursächliches Moment zurückführt. Dafür sprach, daß gerade dort die stärkste Rötung bestand, wo der Schleier am dichtesten anzuliegen pflegt, ferner, daß die Rötung meist in kurzer Zeit verschwand, sobald der Schleier entfernt wurde. Der Schleier wirkt nach Rosenbach im Winter vor allem dadurch schädlich, daß der die Nase verlassende Wasserdampf, der ja im Sommer leicht verdunstet, während der kalten Jahreszeit das Gewebe des Schleiers bald so vollkommen durchtränkt, daß eine Art von beständiger feuchtkalter Atmosphäre, ja ein feuchtes Kataplasma (Umschlag) sich bildet, das wie ein schlecht applizierter Prießnitz'scher Umschlag wirkt. Der blutüberfüllten Haut wird beständig Wärme entzogen, da die Feuchtigkeit nicht verdunsten kann, und dabei wird das unter so abnormen Verhältnissen funktionierende Gewebe noch durch Druck oder bei den häufigen Bewegungen des Kopfes besonders stark mechanisch belästigt. Es bilden sich zwei sehr verschieden bluthaltige Bezirke aus: aus dem einen, der Nasenspitze und den Flügeln, wird das Blut mechanisch durch Druck auf die Haut verdrängt, während es den andern, d. h. den seitlichen Partien im verstärkten Maße zuströmt. Durch den Eintritt in einen warmen Raum wird diese ungünstige Blutverteilung noch wesentlich verstärkt, wenn nicht der Schleier sofort abgenommen wird. Werden diese Veränderungen dauernd, so bilden sich scharf umschriebene, heller oder dunkler gerötete Flecken aus, in denen zahlreiche kleinste erweiterte Blutgefäße verlaufen, und die Haut wird stärker gefärbt, pigmentiert. Begünstigt wird die Entstehung der geschilderten Vorgänge: 1. durch die straffe Spannung des Schleiers und dadurch, daß er mehrere Stunden hintereinander getragen wird; 2. durch das Gewebe des Schleiers, dessen Fäden die blutüberfüllte und feuchte Haut um so stärker scheuern, je mehr die Haut gleichsam in die Löcher des Schleiers hineingedrückt wird; 3. durch einen zarten Teint, der mit großer Empfindlichkeit der Hautnerven verbunden ist und 4. durch katarrhalische Zustände in der Nase selbst. Viel seltener ist eine ähnliche starke Rötung auf den Wangen, wo ja ebenfalls der Schleier gewöhnlich fest anliegt. Besonders charakteristisch ist hier die untere Grenzlinie des veränderten Hautbezirks, denn sie verrät sehr deutlich die mechanische Ursache der Rötung. Die Behandlung ist, wenn die Gefäßerweiterung noch nicht dauernd geworden ist, eine sehr einfache. Es darf eben durchaus kein Schleier mehr getragen werden, und die Betreffenden dürfen sich fürs erste sehr scharfen Winden und großer Kälte nicht aussetzen. Ferner dürfen sie nach dem Ausgange nicht sofort in ein warmes Zimmer treten und müssen beim Aufenthalt in freier, scharfer oder kühler Luft die Nase mit einfachem

Digitized by Google

Talk- und Amylum-Puder leicht bestreuen, nachdem dieselbe vorher mit Lanolin, Vaselin oder Gold-Cream überstrichen worden ist. Auch ist oberflächliche Massage — sanftes Streichen zwischen zwei Fingerspitzen von der Nasenspitze nach der Nasenwurzel zu nützlich.

Enthaltsamkeit (Abstinenz) von geistigen Getränken oder Mäßigkeit bei Studenten?

Der Schweizer akademische Abstinentenverein hat an die deutsche Studentenschaft einen Aufruf erlassen, der am schwarzen Brette aller deutschen Universitäten angeschlagen worden ist. In schwungvollen Worten fordert er die deutschen Kommilitonen auf, eingedenk zu sein, daß wissenschaftliche Bildung verpflichtet, auch in gesellschaftlichen Sitten mit leuchtendem Beispiel voranzugehen. Das Beispiel, welches heute weite Kreise der Studenten gäben, wäre aber leider weniger einer Leuchte als einem Irrlicht vergleichbar, das in den Sumpf locke. Der Aufruf schließt mit den Worten: „Schon haben unsere Kommilitonen in England, in Schweden, Norwegen und Holland mit Freude erkannt, daß hier ein Feld ist, wo der Student einen guten Kampf kämpfen kann. Wir in der Schweiz sind ihnen gefolgt. Der deutsche Student wird nicht zurückbleiben!"

In dem Monatsblatt gegen Mißbrauch geistiger Getränke, Organ für Mäßigkeit und gemeinnützige Gesundheitspflege, heißt es mit Bezug auf den erwähnten Gewissensappell an die deutsche Studentenschaft in vernünftigem und vermittelndem Sinne: Nun wohl, wir glauben, daß der Enthaltsamkeitszwang ebensowenig wie der Trinkzwang der akademischen Freiheit entspricht. „Halte Maß!" dieser Wahlspruch hat heute dieselbe Gültigkeit wie im grauen Altertum.

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am Zürichsee

Chamer Milch
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche
Birmenstorfer Bitterwasser
Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.
Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

MAGGI's
Suppen-Würze
in Originalfläschchen von 50 Rp. an, macht augenblicklich jede Suppe u. jede schwache Fleischbrühe überraschend gut u. kräftig.

MAGGI's
Suppen-Rollen
in Tabletten zu 10 Rp. für 2 gute Portionen, zu sofortiger Herstellung jeder Art vorzüglichster Suppen. 58 G

MAGGI's
Bouillon-Kapseln
zu 15 u. 10 Rp. geben augenblicklich, nur mit siedendem Wasser übergossen, eine vorzügliche Kraftbrühe.

Digitized by Google

Abstinenz-Sanatorium am Untersee (Schweiz)

in **Ermatingen** **„Schloss Hard"**

Behandlung Alkoholkranker, sowie aller solcher Nervenleidenden, bei denen die Enthaltung von geistigen Getränken zu fordern ist.

Prächtige Gesellschaftsräume, Wintergärten, gedeckte Terrassen, Billard, Kegelbahn, Schützenstand, Turn- und Fechtsaal. Modernste Badeinrichtungen, grosser, romantischer Park, Gelegenheit zu jeglichem Land- und Wassersport. — O F 8365 —

Individualisierende und methodische Beschäftigung der Patienten. Heilgymnastik. Suggestivtherapie.

Mitglieder der Expertenkommission und des Verwaltungsrates: Unter andern die Herren Prof. Dr. Forel, Chigny, Prof. Dr. von Speyr, Bern, Prof. Dr. Bleuler, Zürich, Direktor Frank, Münsterlingen.

Prospekte und nähere Auskunft sind zu erhalten durch den Direktor der Anstalt **Dr. Liebetanz.**

KERNS Obwalden **Kinderheim** **KERNS** Obwalden

Erholungsstation für schwächliche, nervöse und rekonvalescente Kinder

Im Frühling und Herbst Ferienkolonien

Aeusserst geschützte Lage; ausgedehnte Tannenwaldungen; kräftige Ernährung. Anwendung hydriatischer Proceduren nach Winternitz; Massage; Elektrizität. Hydro-elektrische Bäder (System Emil Wild, Zürich). Best eingerichtete Lokalitäten. Elektrisches Licht. Telephon. Nähere Auskunft erteilen bereitwilligst **Frau Dr. Berchtold-Bucher**
7 G **G. Deschwanden,** prakt. Arzt

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung **natürlicher Jodbäder im Hause.**

Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni

K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant

Wien

Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.

Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

TORIL

Schutzmarke.

Fleisch-Extract

übertrifft an Nährkraft und Wohlgeschmack die Liebig'schen Extracte und ist in allen besseren Drogen-, Delicatessen- und Colonialwaaren-Handlungen zu haben.

Privat-Heilanstalt „Friedheim" **Zihlschlacht** (Thurgau).

Besitzer und Leiter: **Krayenbühl,** Spezialarzt, nimmt **Geistes- und Nervenkranke** jeder Art auf. **Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten.** 8 G

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.

P. Scheidegger Sitzmöbelschreiner 5 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation.

• Zu verkaufen •
für Apotheker und Aerzte!!

Gesundheitshalber in einem hübschen und wohlhabenden, ca. 2500 Einwohner zählenden Orte der Nord-Ostschweiz eine

Apotheke

die einzige in verschiedenen grossen Orten im Umkreise mit geräumigem schönem Wohnhause u. Garten.

Dieses schöne und gute Geschäft wirft jährlichen Nettogewinnst von mindestens 8-10000 Frs. ab und bietet nicht nur Fachleuten, sondern speziell einem jungen tücht. Arzte, der nebenbei seine Praxis ausüben könnte, **prima Lebensexistenz.**

Preis fix Frs. 60000.—, Anzahlung 15—25000 Frs.

Nähere kostenfreie Auskunft erteilt bereitwilligst 4 G

Gustav Dummel,
Liegenschafts-Bureaux, **Konstanz.**

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend **kräftig, ergiebig und haltbar Originalpackung**

	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität

Souchong Fr. 4.— per ½ kg
Kongou „ 4.— „

Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.

Carl Osswald, Winterthur.

Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 83 G

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.

Glänzende Heilerfolge!

In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch **Passugger Heilquellen Passugg u. Dépôts**

Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg,** Dr. Siebers Nachf., Zürich III.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. April 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 6

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Aus den Gesundheitsregeln der medizinischen Schule zu Salerno. — Kinderschutz. — Zur Verhütung der durch den Schulbesuch ansteckenden Krankheiten. — Gegen die ungesunde Bewegungsscheu junger Leute. — Gesundheitszustand im Monat Februar 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Februar 1900 in Zürich Verstorbenen. — Witterung im Februar 1900. — Inserate.

Aus den Gesundheitsregeln der medizinischen Schule zu Salerno.

Während der langen Geistesnacht im Leben der europäischen Völker des Mittelalters hatte sich auch die ärztliche Gelehrsamkeit, wie so viele andere Zweige von Wissenschaft und Kunst, in die Klöster geflüchtet. Priester pflegten in jener Zeit, wie dies schon im Altertum geschehen, ebenfalls die Künste Aeskulap's, namentlich die Wundarzneikunde. Freilich war in der Mönchsmedizin des früheren Mittelalters das Zauberhaft-Geheimnisvolle mit wirklich Wissenschaftlichem, als gut und heilsam Erprobtem, eng verquickt. Gebet, Buße, Beschwörungen, Anbetung von Heiligen und Reliquien, Wallfahrten, um dadurch Erlösung von Krankheiten zu finden (wie auch heutzutage noch!) bildeten einen wesentlichen Teil des Heilapparates. Doch tauchte aus der dürren Wüste eines gar kindlichen Aber- und Wunderglaubens hin und wieder eine grüne Oase des ernsten Studiums wie vernünftiger Anwendung praktisch-medizinischer und diätetischer Grundsätze auf. Besonders erwarben sich tüchtige arabische Aerzte jener weit abliegenden Geschichtsperiode das Verdienst, die Erinnerung an die rationelle, einfache, auf nüchterne Beobachtung und erprobte Erfahrung fußende griechische Medizinschule aufzufrischen. Durch ihre lebhaften Verbindungen mit Italien gaben sie Anlaß zur Gründung einer berühmt gewordenen Schule, in welcher man die Medizin ausgesprochener als je in Gestalt einer selbstständigeren Wissenschaft kultivirte. Es war dies die im Mittelalter hochangesehene medizinische Lehranstalt, genannt Civitas Hippocratica, welche im 11. Jahrhundert von Benediktinern in der Stadt Salerno bei Neapel gestiftet worden ist. Sie gilt als Pflanzschule aller medizinischen Fakultäten in Europa und dauerte bis zum Jahr 1817, in welchem sie aufgehoben wurde.

Von Interesse ist eine aus der Aerzte-Schule in Salerno hervorgegangene populäre Schrift in lateinischer Sprache, welche Gesundheitsregeln in Versen enthält und manche

Digitized by Google

treffliche Winke für das tägliche Verhalten gibt. Sie besitzen zum Teil auch heute noch, in gänzlich veränderten Zeitverhältnissen, Gültigkeit. Einige dieser Verhaltungsmaßregeln punkto Körperpflege lauten, frei übersetzt und stellenweise durch Zusätze vermehrt:

Willst du gesund dich, wohl erhalten,
Laß Sorg' und Zorn die Stirn nicht falten;
Sei mäßig stets in Trank und Speise,
Und ordne deines Lebens Weise.
Wenn wach Dich ruft der frühe Morgen,
Stell' aufwärts deine Alltagssorgen;
Zum kühlen Born dann hin dich wende
Zu baden hell' die Augen, Hände;
Die Glieder hier, bald dorthin dehne
Und kämm' das Haar und putz' die Zähne,
Daß neue Kraft Dir kehre wieder
Zu Haupt und Sinn und in die Glieder.
Kleid warm den Leib und warm die Füße;
Der Arbeit folg' die Ruh', die süße.
Doch gen Katarrh sind schlechte Pillen:
Verzärtelung, zu warme Hüllen.
Zwölf Stunden bei der Arbeit schwitze, *)
Mit Essen, Trinken zwei versitze,
Drei der Erholung angehören.
Und sieben dir den Schlaf nicht stören.

Sei rein vom Kopf bis zu den Zehen,
Und reine Luft laß Dich umwehen.
Halt' sauber Hütte, Bett und Lacken
Und flieh' den Pesthauch der Kloaken.
Wo Pflanzen, Tiere, sich zersetzen,
Verfällst du leicht der Seuche Netzen.
Willst du ins Haus die Krankheit locken,
Sorg', daß die Luft darin bleib' stocken.
Den Seuchen du den Weg verlegst,
So dich in freier Luft bewegst.
Drum frische Luft laß stets dir munden,
Willst du an Geist und Leib gesunden.
Ein finsteres, ein schmutzig Zimmer,
Drin blüht, gedeiht dein Kindlein nimmer.

Weit kräftiger als durch Arzneien,
Wird durch Diät dein Leib gedeihen.
Und wirst du krank, wenn Aerzte fehlen,
Die Drei darfst immerhin du wählen:
Den guten Mut, die stille Ruh'
Und Fasten auch gehört dazu.

*) Die kannten den 8 Stundentag noch nicht!

Digitized by Google

Wo stets zuviel wird aufgetragen,
Erliegt zuletzt der stärkste Magen.
Bevor der Magen leer von Speisen,
Laß ab, ihm neue zuzuweisen.
Der Hunger ist ein sichrer Fühler,
Er lehrt dich, unerfahrner Schüler.
Zum Frühstück tüchtig Milch und Weggen —
Wie sich die Hände danach recken!
Des Mittags Suppe, Fleisch, Gemüse
Bringt neue Kraft in Arm und Füße.
Soll sanft der Schlaf sich niedersenken,
Mußt du das Abendbrod beschränken.

Ihr, Freunde, werdet überm Essen
Das Trinken wohl nicht gern vergessen!
Das Wasser ist das erst Getränke,
Darüber herrscht kein Schulgezänke,
Drum bist du durstig, trink und labe
Dich an der schönen Gottesgabe;
In kranken wie gesunden Tagen
Laß frisch und kühl sie dir behagen!
Und wenn du heiß, in Schweiß gebadet,
Schlürf langsam nur, daß es nicht schadet.
Früh schon ein Glas voll kalt getrunken,
Das frischet auf und macht nicht trunken.
D'rum preis ich sehr die kühle Quelle,
Erfrischend, perlend, klar und helle;
Doch flieh die schmutzig trübe Pfütze,
Drin steckt der Tod, ein sichrer Schütze.
Wirft nieder dich des Fiebers Hitze,
Nicht iß, nicht geh, nicht steh, nicht sitze,
Und still' den Durst mit frischem Quell,
Der kühlt das Blut dir auf der Stell!
Quält Katzenjammer dich, du Prasser,
So such dein Heil im Sodawasser.

Kinderschutz.

In Zürich hat sich eine Vereinigung für Kinderschutz gebildet. Man will nicht nur die Tiere, denen man durch Schutzvereine schon längst Teilnahme bewiesen hat, vor Quälereien und Rohheiten schützen, sondern auch die Kinder, deren gesundheitliches und moralisches Wohl so häufig unter körperlichen Mißhandlungen, durch Nahrungsmangel, Verleitung zum Trinken ꝛc. zu leiden hat. Unvernünftige, gefühllose Eltern oder sonstige Verwandte, rohe Lehrmeister, hie und da auch prügelsüchtige Schullehrer liefern Stoff genug für das Einschreiten von Behörden und Menschenfreunden gegen Kinderquälerei, welche in mannigfaltiger Weise noch die Kindergesundheit schädigt.

Digitized by Google

Der Zentralausschuß für die neue humanitäre und sanitarische Bestrebung hat in den Zeitungen folgenden Aufruf erlassen:

Fast sämtliche gemeinnützigen Frauen- und Männer-Vereine der Stadt Zürich haben den Kinderschutz in den Kreis ihrer Betätigung aufgenommen. Wir wollen sittlich gefährdete Kinder vor Schaden und Verwahrlosung bewahren und den vernachlässigten und mißhandelten Kindern den nötigen Schutz verschaffen. Die Schwäche und die Ohnmacht der Jugend soll in der öffentlichen Meinung, in dem humanen Sinn unserer Bevölkerung ihren wachsamen Anwalt und ihren mächtigen Beschützer haben.

Wir ersuchen daher alle Diejenigen, welche von sittlicher Gefährdung, von inhumaner Vernachlässigung, Mißhandlung und Ausbeutung von Kindern Kenntnis haben, einem Mitglied des unterzeichneten Ausschusses die beobachteten Thatsachen mit Namensunterschrift und Adresse mitzuteilen. Wir werden, ohne den Namen des Anzeigers zu nennen, eine genaue und direkte Untersuchung des Falles veranlassen und die vernachlässigten und mißhandelten Kinder mit allen Mitteln privater freundlicher Fürsorge und gesetzlicher Vorkehrungen schützen. Anonyme Anzeigen werden nicht berücksichtigt; wer eine gute Sache vertritt, soll mit seinem Namen dazu stehen.

Wir respektiren alle Rechte der Eltern auch hinsichtlich der zur Erziehung eventuell notwendigen Bestrafung und Züchtigung der Kinder. Aber wo Eltern ihre Pflichten gröblich verletzen, da muß die Gesamtheit schützend und helfend für die hülflosen Kleinen eintreten.

Wer noch nicht Mitglied eines gemeinnützigen Vereins ist, sich aber beim Werk des Kinderschutzes beteiligen möchte, wird freundlich eingeladen, sich bei einem der unterzeichneten Vorstandsmitglieder anzumelden.

Wir bitten die Bevölkerung Zürichs um ihre Sympathie und thatkräftige Mithülfe zur Durchführung des Kinderschutzes in den weitesten Kreisen.

Der Zentralausschuß der Zürcher Kinderschutz-Vereinigung: Pfarrer Hirzel, Zürich III, Präsident. J. Labhardt-Hildebrandt, V, Mühlebachstraße 77. Ilse Frapan, V, Ringstraße 9. Frau Scherer-Pfister, V, Seefeldstraße 102. Stadtarzt Dr. Müller, I, Petersgasse.

Zur Verhütung der durch den Schulbesuch ansteckenden Krankheiten.

In der „Zeitschrift für Schulgesundheitspflege" hat Dr. Steinhardt, Kinderarzt und städtischer Schularzt in Nürnberg über die Verhütung der durch den Schulbesuch ansteckenden Krankheiten („Schulepidemien", wie seine dafür gebrauchte nicht gerade glücklich gewählte Bezeichnung lautet) geschrieben. Seinen Ausführungen entnehmen wir folgendes:

Die für die Schule bei uns hauptsächlich in Betracht fallenden epidemischen Krankheiten sind Diphtherie, Scharlachfieber, Masern und Keuchhusten. Vor allem ist praktisch wichtig, von wann an und wie lange die genannten Krankheiten ansteckend sind.

Dem Ausbruch jeder Infektionskrankheit geht ein Zeitraum voraus, wo das Individuum den Krankheitskeim bereits in sich aufgenommen hat, denselben mit sich herumschleppt und auf andere Personen übertragen kann, ohne aber selbst irgend welche deutliche Zeichen (Symptome) am eigenen Körper zu zeigen. „Der Ansteckstoff ruht nach dem Eindringen in den Organismus eine gewisse Zeit, ohne auffallende Erscheinungen zu verursachen" (Baginsky). Diese sog. Inkubation (Brütezeit) dauert bei den einzelnen Krankheiten verschieden lang: bei Scharlach 4 bis 7, bei Masern 9 bis 13, bei Keuchhusten und Diphtherie 2 bis 7 Tage und da

Digitized by Google

in dieser Zeit das angesteckte (infizirte) Individuum auch bereits infektiös, d. h. für andere ansteckend ist, so müßte man eigentlich derartige Kinder bereits aus der Schule ausschließen — wenn man nur irgendwie erkennen könnte, daß oder ob sie schon infiziert sind. Das ist aber vielfach ein Ding der Unmöglichkeit.

Besonders gilt dies vom Scharlachfieber. Es gibt kein absolut sicheres Zeichen, welches während der Brüteperiode auch nur mit Wahrscheinlichkeit vorauszusagen gestattet, daß ein Kind Scharlach bekommen werde; vielmehr verläuft dieses Stadium ohne jegliches Symptom und die Krankheit bricht urplötzlich und völlig unerwartet aus. Behufs vorbeugender (prophylaktischer) Maßnahmen von Seite der Schule ist keine Möglichkeit gegeben, infizierte Kinder, welche charakteristische Krankheitserscheinungen noch nicht aufweisen, herauszufinden und frühzeitig aus dem Unterricht zu entfernen; doch dürfte es, wenn der Ausbruch einer Epidemie droht, bei der Untersuchung der ganzen Klasse wohl manchmal gelingen, Kinder mit typischen Scharlachsymptomen, welche von den Eltern nicht bemerkt worden sind, zu erkennen, sie nach Hause zu schicken und so neue Infektionsquellen zu beseitigen.

Ganz ähnlich liegen die Verhältnisse bei der Diphtherie. Auch hier erkrankten die Kinder erst, nachdem sie schon bis zu 8 Tagen den Krankheitserreger, den Diphtherie-Bacillus, mit sich herum getragen haben und die Fähigkeit besitzen, andere Kinder anzustecken, ohne aber selbst krank zu sein. Nur eine genaue bakteriologische Untersuchung mit positivem Erfolg würde dieses Inkubationsstadium als solches erkennen lassen. Wir müssen uns daher wiederum begnügen, bei den Massenuntersuchungen in der Schule etwaige bislang unbemerkt gebliebene Diphtheriefälle auszusondern. Es ist übrigens gerade bei der Diphtherie eine bekannte ärztliche Erfahrung, daß Kinder zuweilen schon einige Zeit lang charakteristische Lokalerscheinungen zeigen, ohne daß die Eltern etwas von der Krankheit bemerkt hätten.

Bei den Masern gestaltet sich die Lage insofern etwas anders, als im Inkubationsstadium derselben gewöhnlich katarrhalische Symptome mehr weniger allgemeiner Natur bestehen, welche während einer Epidemie zum mindesten den Verdacht auf sich entwickelnde Masern rechtfertigen. Derartig befallene Kinder sind unbedingt vom Schulbesuch auszuschließen.

Auch der Keuchhusten beginnt meist unter dem unscheinbaren Bild eines einfachen Katarrhs der Atmungsorgane, welcher von wenigen Tagen bis zu drei Wochen dauern kann. Obwohl während dieser Zeit der Husten oft noch nichts Charakteristisches an sich hat, muß während einer Epidemie unbedingt verlangt werden, daß stark hustende Kinder von der Schule fern bleiben, mindestens so lange, bis sich sicher entscheiden läßt, ob einfacher Katarrh oder ob Keuchhusten vorliegt. Aus der Beschreibung der Hustenanfälle allein ist die Krankheit nicht immer mit Sicherheit zu erkennen, und gewöhnlich husten die Kinder dann am wenigsten oder gar nicht, wenn man es gerade hören will. Hier kann der Hausarzt, welcher zu längerer Beobachtung Gelegenheit hat, der Schule helfend zur Seite stehen; sein Urteil wird in solchen Fällen unbedingte Gültigkeit haben.

Von der gleichen Wichtigkeit wie der möglichst frühzeitige Ausschluß infektiös erkrankter Kinder aus der Schule ist die Forderung, daß Rekonvaleszenten (Genesene) erst dann wieder zugelassen werden, wenn nach ärztlichem Gutachten eine Ansteckungsgefahr für die Mitschüler nicht mehr besteht. Für die Praxis handelt es sich hierbei um die Frage, ob zu einer gegebenen Zeit eine Uebertragung der überstandenen Krankheit auf andere Kinder noch möglich ist, oder ob sie auszuschließen sei. Die Leipziger Dienstordnung für die Schulärzte bestimmt in dieser Hinsicht, daß Schüler, welche an Pocken,

Digitized by Google

Scharlach*) oder Diphtherie gelitten haben, in der Regel erst nach 6 Wochen, bei Masern nach 4 Wochen, vom Tage der Erkrankung an gerechnet, zum Schulbesuch wieder zugelassen werden dürfen. (Jedesmal muß vorher ein gründliches Reinigungsbad mit Seife, am besten Sublimatseife und Bürste stattfinden. Red.)

In der Genesungszeit von Keuchhusten ist unbedingt zu verlangen, daß Kinder, welche noch krampfartig und in Anfällen husten, vom Schulbesuch ferngehalten werden. Die vielfach beliebte Bennung „Krampfhusten, Nachhusten" u. drgl. ist bloß eine andere Bezeichnung für den wirklichen, rechten Keuchhusten in einem Stadium, „wo die Anfälle seltener und kürzer, der Schleimauswurf leichter" geworden ist. So lange nicht der einwandsfreie Nachweis geliefert ist, daß dieses abklingende Stadium nicht mehr ansteckend ist, müssen die Kinder nach wie vor isoliert werden.

Am schwierigsten ist bei Diphtherie zu sagen, wann die Infektionsgefahr beseitigt ist; denn es gibt kein mit den üblichen Untersuchungsmethoden der täglichen Praxis nachweisbares Zeichen, welches mit Sicherheit annehmen ließe, daß der Patient den Krankheitserreger nicht mehr in sich beherbergt, bezw. auf andere übertragen kann. Die bakteriologische Untersuchung, wie sie besonders von Petruschky in Danzig verlangt wird, ist für die Zwecke der Schulgesundheitspflege aus äußeren Gründen nicht zu gebrauchen, ja sogar absolut undurchführbar. Petruschky fordert, daß kein Kind nach Diphtherie oder mit Diphtherieverdacht zur Schule zuzulassen sei, so lange es in seinem Mund oder Rachen Diphtherie-Bacillen beherberge. Da drängt sich doch vor allem die Frage auf, wer diese Untersuchung vornehmen soll; denn nicht jede Stadt ist in der gleich glücklichen Lage wie Danzig, ein wohleingerichtetes bakteriologisches Institut mit einem hervorragenden Fachmann an der Spitze zu besitzen, welches alle einschlägigen Dinge erledigt. Also etwa der Hausarzt, dem vielleicht die nötige Uebung für bakteriologische Untersuchungen abgeht, der aber auch die unentbehrlichen Utensilien, wie Nährboden, Brutschrank u. s. w. gar nicht besitzt? Oder der Schularzt, der gerade beim Auftreten von Epidemien mit Arbeiten verschiedener Art überhäuft ist, und dem noch nirgends von Amtswegen eine bakteriologische Einrichtung zur Verfügung steht? Oder gar die Krankenhausärzte, welche mit ihren eigenen Patienten gerade genug zu thun haben?

So lange die bakteriologische Technik nicht soweit ausgebildet ist, daß es jedem Arzt in kurzer Zeit möglich ist, eine genaue und maßgebende Untersuchung auf Diphtheriepilze vorzunehmen, so lange müssen wir uns mit der praktischen Erfahrung begnügen, welche im allgemeinen einen Diphtherie-Rekonvaleszenten nach vier Wochen als nicht mehr infektiös erscheinen läßt und seine Zulassung zur Schule nach diesem Zeitraum unbedenklich gestattet.

Gegen die ungesunde Bewegungsscheu junger Leute.

In einem Artikel der „Schweizerischen Turnzeitung" über die erzieherische Bedeutung der Körperübungen wird auch über den Mangel an Bewegungslust unter den jungen Leuten mit folgenden Worten geklagt:

Eine große Zahl von Jünglingen und Jungfrauen sucht ihre Erholungen sitzend anstatt in jugendlichem Tummeln. Aber ist diese Thatsache nicht eine Folge der Erziehung? Wird nicht beim Schulsitzen der Bewegungstrieb des Schülers in seiner Entwickelung gehemmt, ja geradezu planmäßig unterdrückt, und ist nicht der Schüler der liebste, der seinen Thätigkeits-

*) Für Scharlach ist die nämliche Zeit auch in Zürich vorgeschrieben (Artikel der Verordnung über Ausschluß vom Schulbesuch bei ansteckenden Krankheiten.)

Digitized by Google

trieb am besten zu bemeistern versteht, während alle diejenigen des Lehrers Schrecken sind, deren Bewegungslust sich gegen die Unterdrückung aufbäumt und deren Bewegungsfreude oft unbewußt aufschäumt? Da bietet denn das Turnen ein heilsames Gegengewicht gegen das viele Schulsitzen und leitet den Thätigkeitsbetrieb in richtige Bahnen. Freilich ist diese Gelegenheit noch zu karg bemessen; die geistige Thätigkeit mit dem unzertrennlichen Stillsitzen muß noch häufiger als es jetzt geschieht, durch körperliche Beschäftigung und Leibesbewegungen unterbrochen werden, wenn die Schule das ihr anvertraute bewegungsfrohe Geschlecht dereinst noch bewegungslustig ins Leben hinaus lassen soll. Setzen die Turnvereine das in der Schule begonnene Werk der körperlichen Schulung und Durchbildung fort, so wird ein Geschlecht heranwachsen, dem der Vorwurf der Bewegungsscheu nicht mehr gemacht werden kann, eine thätige Generation, der es auch zuwider ist, die Erholung im faulen Hindämmern zu suchen. Gewöhnen wir darum in Schule und Verein den Körper an regelmäßige Thätigkeit, so wird diese jedem jungen Menschen so zur zweiten Natur werden, daß er sie ins bürgerliche Leben hinübernimmt; thätige Frauen und thatenfrohe Männer sind die Frucht dieser auf leibliche Tüchtigkeit abzielenden Erziehung!"

Gesundheitszustand im Monat Februar 1900.

Der Februar 1900 zählt in Bezug auf die Sterblichkeitsverhältnisse sowohl im Gebiete der 15 größten Ortschaften der Schweiz als im engern Kreise der Stadt Zürich seit langen Jahren, und hoffentlich auf lange Zeit hinaus nicht wieder, zu den ungünstigsten Berichtsperioden.

In dem größern Kreise der 15 größten schweizerischen Gemeinwesen beträgt die Mortalität 22,0 ‰ nach den Zahlen des sanitarisch-demographischen Bulletins. Die Geburten belaufen sich auf 29,1 ‰. Der Ueberschuß dieser über die Todesfälle ist von neuem zurückgegangen auf 7,15 ‰ und während wir für den letzten Monat noch das ungünstige Verhältnis zwischen Geburten und Sterbefällen durch die kleine Zahl der Geburten erklären konnten, so trifft nun im Februar 1900 die Schuld an diesem Resultate allein die überaus große Sterblichkeit, welche von 17,2 ‰ im Januar um 5,4 ‰ gestiegen ist.

Ganz ähnliche Ergebnisse weist die Stadt Zürich auf. Nach Abzug der 15 Totgebornen bleiben zur Berechnung für die Sterblichkeitsverhältnisse noch 263 Todesfälle, die auf 1000 Einwohner und auf das ganze Jahr bezogen einer Mortalität von 21,4 ‰ entsprechen. Im Januar betrug die Sterblichkeit 16,3 ‰, so daß die Zunahme 5,1 ‰ beinahe die gleiche ist wie in den 15 größten Ortschaften. Auch die Ursachen dieser ungünstigen Gestaltung der Verhältnisse werden in beiden Fällen ähnlich sein, wie sich aus dem weiteren Berichte ergibt.

Im November 1899 war die Sterblichkeit in der Stadt Zürich auf 11,1 ‰ gesunken und hatte damals einen Tiefstand erreicht, wie er seit der Vereinigung noch nie beobachtet worden war. Heute, 3 Monate später, stehen wir vor der entgegengesetzten Tatsache, daß nämlich die gegenwärtige Sterblichkeit zu den höchsten zählt seit der Vereinigung; denn nur der Februar 1898 hat noch 21,4 ‰.

Suchen wir den Ursachen dieser Verschlimmerung der Sterblichkeitsverhältnisse auf die Spur zu kommen.

Im letzten Monatsberichte führte ich an, daß im Vergleich zum Januar 1899 eine erhebliche, wohl mehr zufällige Schwankung zu konstatiren sei in der Rubrik der kurz nach der Geburt Gestorbenen, welche von 17 auf 33 in diesem Jahr gestiegen sei. Aber auch in diesem

Digitized by Google

Monate steht dieselbe auf der gleichen Höhe mit 31 Todesfällen; befindet sich aber damit auch z. B. in Uebereinstimmung mit der Zahl vom Februar des vergangenen Jahres, welche 32 Todesfälle in dieser Kolonne aufwies. Betrachten wir weiter diese Rubrik im Laufe eines Jahres, so sehen wir, daß solche Zahlen von ca. 30 Todesfällen hin und wieder sich finden unter den verschiedensten Umständen in Bezug auf Jahreszeiten und Krankheitsbestand der Bevölkerung. Irgend ein gesetzmäßiger Zusammenhang mit bestimmten Verhältnissen ist nicht festzustellen und die Schwankungen müssen deshalb von uns vorläufig weiter hin als zufällige bezeichnet werden.

Den Hauptfaktor für die Sterbefälle liefern in der Berichtsperiode die Erkrankungen der Athmungsorgane, welche alle zusammen gerechnet ca. 120 Todesfälle ausmachen. In den entsprechenden Monaten der Jahre 1899 und 1898 betrug die Zahl der Todten aus gleicher Ursache nur 49, resp. 75. Diese 120 Todesfälle verteilten sich folgendermaßen: 36 auf Lungenschwindsucht; 19 an crupöser Lungenentzündung; 39 an verschiedenen Erkrankungen der Atmungsorgane, davon 28 an katarrhalischer Lungenentzündung; 10 Todesfälle in Folge von Influenza mit Lungenentzündung und schließlich 16 mit Masern-Lungenentzündungen. Daraus ergibt sich so recht deutlich, von welchen bösen Folgen die anhaltend unbeständige, naßkalte, unfreundliche Witterung des Monats Februar begleitet war.

Was die epidemischen Krankheiten im Gebiete der Stadt Zürich anbelangt, so betrug die Zahl der angemeldeten Masernerkrankungen 325 im Februar gegen 385 im Januar. Die Masernepidemie trat vorzugsweise in den Kreisen I und V in größerer Zahl auf. Trotz dem kein Todesfall an Scharlach zu beklagen ist, belief sich die Zahl der Neuerkrankungen an Scharlach immer noch auf 42; im Januar auf 57. Beide Epidemien zeigen ein langsames Zurückweichen und ihrem Charakter nach unveränderte Eigenschaften, wie sie in früheren Berichten hervorgehoben worden sind.

Entsprechend der großen Zahl der Todesfälle war auch außer diesen immer noch zahlreichen Erkrankungen an Masern und Scharlach der Krankheitsbestand der gesamten, städtischen Bevölkerung ein sehr großer während der ganzen letzten Zeit, wobei die Influenza einen großen Prozentsatz davon ausmacht.

Im Gebiete der Schweiz ist ein erheblicher Rückgang der Erkrankungen an Diphtherie zu konstatiren, indem die Zahl dieser Fälle von 940 auf 664 gesunken ist. Ein neues, epidemisches Auftreten einzelner Krankheiten in anderer Form wird von keiner Seite gemeldet; außer lokal gehäufter Fälle von Keuchhusten, von Masern z. B. in Basel, dann von Scharlach in verschiedenen Ortschaften des Kantons Zürich, ist nichts von Bedeutung bekannt.

Auch der Pockengefahr scheinen wir glücklich entronnen zu sein; gewiß hauptsächlich Dank der in der Schweiz jetzt überall jeweilen rasch und gründlich mit Bundesunterstützung gehandhabten Sanitätspolizei, deren Hauptthätigkeit sich auf eine peinliche Ueberwachung aller verdächtigen Personen, eventuell der Isolirung derselben und Desinfektion der infizirten Gegenstände erstreckt.

Die Pestgefahr ist gegenwärtig, wie dies schon in den letzten Berichten kurz bemerkt worden ist, für Europa eine etwas weniger unmittelbar drohende geworden, da die Pest selbst in Portugal wohl so ziemlich als erloschen betrachtet werden darf. Dagegen scheint die Seuche abgesehen von Indien, wo sie immer verheerendere Dimensionen annimmt, auch in Südamerika schon recht an Ausdehnung gewonnen zu haben, wenn auch die Berichte vielfach widersprechend sind aus jenen Ländern. A. M.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Februar 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	7	8	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	7	8	15	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	18	13	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	18	13	31	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	3	3	.	2	.	1	5	6	11	
IV. Gewaltsamer Tod	.	.	1	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	1	.	.	.	.	3	3	6	Selbstmord 1, Unfall 5
V. Allgemeinkrankheiten	2	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	3	5	Rachitis 4
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	3	7	5	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	8	9	17	Alles Masern
Diphtherie	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Croupöse Lungenentzündung	6	4	.	1	.	.	.	1	.	.	1	.	.	2	1	.	2	1	.	.	.	.	.	.	10	9	19	
Tuberkulose der Lungen	.	2	1	1	.	.	.	2	3	5	5	4	6	3	.	1	1	2	.	.	.	.	.	.	16	20	36	
„ anderer Organe	.	2	.	1	.	.	1	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	3	Tub. Hirnhautentzündung 3
Andere ansteck. Krankheiten	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	1	.	1	4	.	3	2	3	.	2	.	.	5	15	20	Influenza 16, Rose 1, Kindbettfieber 1
VII. Krankh. der Atmungsorgane	12	10	1	1	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	3	1	4	.	5	1	.	.	.	16	53	39	Katarrh. Lungenentzündung 28
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	2	3	4	1	3	1	1	2	.	1	.	.	12	8	20	Arteriosclerose 2
IX. „ „ Verdauungsorg.	2	6	.	1	.	.	3	.	.	.	.	1	2	2	4	1	2	1	.	2	.	.	.	.	13	14	27	Kinderdiarrhoen 7, Magen- u. Darmkrebs 11
X. „ des Nervensystems	3	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	4	1	4	4	2	1	.	2	.	.	15	9	24	Hirnschlag 15
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	.	.	.	.	1	1	2	Nierenentzündung 2
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	1	1	2	
Total	56	52	8	7	.	1	4	4	5	6	9	8	12	11	16	12	15	16	8	19	1	7	.	1	135	143	278	

Witterung im Februar 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.											
		Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel					
								31—4	5—9	10—14	15—19	20—24	25—1
Zürich . .	493	3.3	2.5	15.8	26.	—5.0	11.	0.8	1.3	2.3	4.1	3.7	5.5
Basel . .	278	4.3	2.1	17.4	25.	—3.6	11.	0.6	1.2	2.4	6.3	5.7	8.6
Neuchâtel .	488	3.1	2.0	13.0	27.	—3.7	1.11.	0.2	1.8	2.5	3.9	3.3	5.8
Genf . .	405	4.4	2.4	15.4	26.	—4.8	11.	1.1	3.0	4.1	4.8	4.4	6.9
Bern . .	572	2.3	1.7	14.1	26	—5.8	1.11.	—1.0	0.4	1.8	3.1	3.1	5.5
Luzern . .	451	3.1	2.2	16.1	26.	—5.0	11.	0.3	1.8	2.1	4.0	3.5	5.9
St. Gallen	703	2.5	2.6	19.4	26.	—8.1	11.	0.5	—0.7	1.1	3.3	3.1	6.2
Lugano. .	275	4.7	1.2	11.6	15. 25.26	—0.6	8.	2.1	4.3	4.9	5.8	4.4	7.1
Chur . .	610	3.8	2.5	17.6	26.	—4.0	11.	1.7	1 9	2.5	4.3	3.2	—7.1
Davos . .	1557	—2.3	2.8	11.7	26.	—15.8	22.	—4.7	—4.3	—2.3	—2.1	—2.8	—

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	711.9	80	69	12	79	19	7	0	4	0	18	7
Basel . . .	730.3	82	73	37	82	19	7	1	6	0	16	7
Neuchâtel .	712.5	88	100	47	89	20	6	2	3	0	21	7
Genf . . .	720.0	80	92	46	85	18	3	2	6	0	21	11
Bern . . .	705.2	82	80	29	83	19	12	1	8	0	19	8
Luzern . .	715.8	81	67	21	77	18	7	0	2	0	13	4
St. Gallen .	693.9	76	88	27	83	19	12	0	5	0	18	5
Lugano . .	732.2	79	148	88	63	11	4	1	0	6	10	2
Chur . . .	702.2	74	83	41	67	13	5	0	0	3	12	5
Davos . .	624.9	78	58	5	66	18	18	0	0	2	10	1

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 48, Basel 34, Bern 56, Genf 46, Lugano 105, Davos 78.

Der diesjährige Februar war im Mittel ebenso warm wie der letztjährige, unterscheidet sich von diesem aber sehr durch trübes und zeitweise unruhiges Wetter mit häufigen Niederschlägen. Die Abweichung des Monatsmittels vom normalen Februarmittel beträgt ca. 2°. Eine einzige und nur kurz andauernde Frostperiode mit sehr mäßigen Kältegraden ist für das Flachland der Nordschweiz zu registrieren. Diese stellte sich am 9. mit dem Auftreten einer Hochdruckzone über Zentraleuropa ein, nachdem zuvor unter dem Regime flacher Depressionen über Westeuropa nebliges Thauwetter mit zeitweisem Regen geherrscht hatte. Am 10. trat allgemein leichter Schneefall ein. Schon am 11. stieg indessen die Temperatur in den Niederungen unter dem Einfluß einer von Westen heranrückenden tiefen Depression über Null. Am 12. fiel auf der Nordseite der Alpen noch allgemein Schnee, der dann aber bald in Regen überging und in der darauffolgenden Nacht veranlaßte ein kräftig einsetzender warmer Südwestwind eine rasche Schneeschmelze, in deren Gefolge in der Südwestschweiz lokale Ueberschwemmungen stattfanden. Die Nacht vom 13./14. und der 14. Februar waren sehr stürmisch. Durch ein auf der Nordseite der Alpen von West nach Ost ziehendes barometrisches Teilminimum bedingt, stellte sich ein äußerst heftiger Weststurm ein, der Morgens zwischen 1 und 2 Uhr in der West- und Zentralschweiz von heftigen elektrischen Entladungen und von Schneewehen begleitet war, die am 14. noch bis Abends fortdauerten und vielfach Verkehrshemmungen verursachten. In der zweiten Monatshälfte war die Witterung, abgesehen vom 18., 20. und 21., wo zeitweise Regen- und Schneeböen auftraten, ruhiger, aber vorwiegend trüb und vielfach regnerisch. Zu erwähnen ist noch das Auftreten des Föhns in der Nordschweiz am 1.

Digitized by Google

bei gleichzeitigem Schneefall am Südfuß der Alpen, sowie die warmen Föhntage vom 25. und 26., wo die Temperatur in den Thälern zeitweise einen relativ sehr hohen Betrag erreichte (Glarus 21°). Die Niederschlagsmengen waren allgemein größer als die normalen, wenn auch der Ueberschuß geringer war als im Januar. Der starken Himmelsbewölkung entspricht die kurze Sonnenscheindauer, die in der Nordschweiz strichweise kaum den vierten Teil derjenigen des Februar von 1899 erreichte.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Chemisches Untersuchungslaboratorium in Zürich
Chemische Untersuchungen jeder Art. ★ Freie Schule Rämistrasse ★ 52 Dr. F. Steinitzer. M 10468 Z

Chamer Milch
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

mit Dr. Sedlitzky's Mutterlaugensalz oder patent Badetabletten, welche natürliche
Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-
Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg, zu beziehen. Genaue Prospekte mit Indikationen, sowie Gratis-Proben für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: Soole-Inhalations-Pastillen mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen im Hause. 2 G

Spécialités renommées J.KLAUS
Fabriques LE LOCLE (Suisse) MORTEAU (France)
CACAO SOLUBLE J.KLAUS
CHOCOLAT Extra fondant J.KLAUS
Caramel mou à la Crème J.KLAUS
Caramels fourrés et acidulés J.KLAUS
Gaufrettes aux fruits J.KLAUS
Pâte Pectorale fortifiante J.KLAUS

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische Familien-Möbel, elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation.

Gift! Vorsicht! ½ gr. Apotheker Stern's Gift! Vorsicht! ½ gr.
Gift! Vorsicht! ½ gr. Sublimat- Papier. Gift! Vorsicht! ½ gr.
Dieses Blatt enthält 1 Gramm Sublimat.
Ersatz für Sublimat-Pastillen.
Erhältlich in den Apotheken.
Prospekte durch das General-Depot für die Schweiz: (Br à 1118 g) 62
Apotheke zur Post, Heinrich Zucker, Zürich.

Wie erhält man seinen Magen gesund?
Eine Hygiene des Magens
Von Dr. M. Leetscher, Zürich
Preis: 80 Cts.
Ein vortreffliches Buch, aus reicher Erfahrung entstanden, für Gesunde und Kranke sehr wertvoll. 5848
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung
natürlicher Jodbäder im Hause.
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

TORIL

Schutzmarke.

Fleisch-Extract

Hergestellt aus bestem Ochsenfleisch, übertrifft an Nährkraft und Wohlgeschmack die Liebig'schen Extracte und ist in allen bess. Drogen-, Delicatessen- und Colonialwaren-Handlungen zu haben.

Abstinenz-Sanatorium am Untersee (Schweiz)

in **Ermatingen** **„Schloss Hard"**

Behandlung Alkoholkranker, sowie aller solcher Nervenleidenden, bei denen die Enthaltung von geistigen Getränken zu fordern ist.

Prächtige Gesellschaftsräume, Wintergärten, gedeckte Terrassen, Billard, Kegelbahn, Schützenstand, Turn- und Fechtsaal. Modernste Badeinrichtungen, grosser, romantischer Park, Gelegenheit zu jeglichem Land- und Wassersport. — O F 8365 —

Individualisierende und methodische Beschäftigung der Patienten. Heilgymnastik. Suggestivtherapie.

Mitglieder der Expertenkommission und des Verwaltungsrates: Unter andern die Herren Prof. Dr. Forel, Chigny, Prof. Dr. von Speyr, Bern, Prof. Dr. Bleuler, Zürich, Direktor Frank, Münsterlingen.

Prospekte und nähere Auskunft sind zu erhalten durch den Direktor der Anstalt **Dr. Liebetanz.**

KERNS Kinderheim KERNS

Obwalden Obwalden

Erholungsstation für schwächliche, nervöse und rekonvalescente Kinder
Im Frühling und Herbst Ferienkolonien

Aeusserst geschützte Lage; ausgedehnte Tannenwaldungen; kräftige Ernährung. Anwendung hydriatischer Proceduren nach Winternitz; Massage; Elektrizität. Hydro-elektrische Bäder (System Emil Wild, Zürich). Best eingerichtete Lokalitäten. Elektrisches Licht. Telephon. Nähere Auskunft erteilen bereitwilligst **Frau Dr. Berchtold-Bucher**
7 G **G. Deschwanden,** prakt. Arzt

Privat-Heilanstalt „Friedheim" Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl. Spezialarzt, nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8 G

Kanton Thurgau.

In einem Hauptorte des Kantons mit über 4000 Einwohn., grosser Industrie und kapitalkräftigem Publikum, ist ein neuerbautes Wohnhaus, an der Hauptstrasse, unweit dem Bahnhof gelegen, sofort zu verkaufen. Das Haus ist zweistöckig gebaut, Parterre für Wirtschaft oder Laden eingerichtet, 1. Stock 2—3 Wohnungen. Das Objekt eignet sich vorzüglich für tüchtigen Zahnarzt oder Advokaten, weil im Orte selbst und in weiter Umgebung solches mangelt, eventuell auch für Geschäftsbetrieb jeder Art. Gesicherte Existenz. Verkaufspreis 32000 Fr. Anzahlung Fr. 7000. Agenten verbeten. Offerten sub „Wohnhaus" an die *Schweiz. Aktiengesellschaft für Reklame in Weinfelden.* 9 G

Trinkt gegen Katarrh Passugger Utricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl.
85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Depôts
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eicheiberg,** Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend kräftig, ergiebig und haltbar

Originalpackung

	per engl. Pfd.	per 1/2 kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität

Souchong Fr. 4.— per 1/2 kg
Kongou „ 4.— „

Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.

Carl Osswald, Winterthur.

Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 82 G

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.

Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

Druck von H. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. April 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 7

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Zu Tode getrunken. — Die gesundheitliche Bedeutung des Frühaufstehens. — Guter Rat hinsichtlich Kleiderpflege. Einführung der Polizeistunde in Wirtschaften auch für Städte nötig! — Erste Hülfeleistung für vom elektrischen Strom Verletzte. — Für jeden Schultag eine Turnstunde! — Die Gefahren des Radfahrens für Knaben und Mädchen unter 16 Jahren. — Bullrichs Universalsalz. — Zur Verbreitung der alkoholischen Geistesstörungen in der Schweiz. — Verbot des Geheimmittels „Pinkpillen".

Zu Tode getrunken.

Auf einem bayerischen Friedhofe zeigt ein Grabstein die folgende Inschrift auf einen Trinker:

Ließ er der Laune schießen die Zügel,
Da trank er wohl an zwanzig Krügel;
Doch that er einmal dreißig trinken,
Da mußte tot vom Stuhl er sinken.

* * *

Eine andere tragikomische Grabschrift auf einen Alkoholsüchtigen lautet:

Hier ruht Franz Josef Matt,
Der sich zu Tod getrunken hat;
Herr, gib' ihm die ewige Ruh'
Und ein Gläsle Schnaps dazu.

Die gesundheitliche Bedeutung des Frühaufstehens.

Der Schlaf ist ein Hauptmotor für den gesamten Mechanismus der komplizierten Leibesmaschine des Menschen und heute, in unserer so rasch lebenden Zeit, mehr denn je. Die Kunst, richtig zu schlafen, erscheint deshalb für jeden, der es mit der werktäglichen Forderung „Arbeit!" ernst nimmt, als ein Hauptstück in der Kunst, das menschliche Leben zu verlängern. Von besonderer Bedeutung ist die Frage nach der durchschnittlichen Dauer des regelmäßigen Nachtschlafes. Hier darf, ohne daß man deshalb in ein sozialistisches Gerüchlein zu kommen braucht, daran erinnert werden, daß bereits der alte Hufeland, Leibarzt des Königs von

Digitized by Google

Preußen, meinte, 8 Stunden seien für jene Restauration nicht zu viel. Eng damit verknüpft ist dann aber auch die Frage nach dem Aufstehen. Mit Recht heißt es nun im Volke, namentlich auf dem Lande, daß Frühaufstehen gesund sei. Da mit dem wieder erwachenden Frühling, mit dem frühen Amselschlag auch die Verlockung für den normalen Menschen wächst, sich zeitig aus den Federn zu machen, so wollen wir hier aus der kürzlich in 5. Auflage*) erschienenen „Anleitung zum frühen Aufstehen" (das prächtige Büchlein trägt den Titel: „Morgenstund hat Gold im Mund") diejenigen Stellen mitteilen, welche die gesundheitliche Bedeutung jener goldenen Gewohnheit schildern. Mancher Leser sieht sich dadurch vielleicht angeregt, das billige Schriftchen zu kaufen, ganz zu lesen, zu genießen und die guten Lehren zu befolgen.

Das rechtzeitige zu Bettgehen und der gesunde Schlaf in der Nacht stehen im engen Zusammenhang und das Eine bedingt zum großen Teil das Andere. Es sind die beiden Ecksteine der natürlichen Lebensordnung und mit ihnen die beste Garantie für ein ungestörtes Vonstattengehen unserer Lebensorgane. Wir wachen auf und stehen auf, weil wir des Schlafes nicht mehr bedürfen. Wir gehen zu Bett und schlafen tief und gesund, weil wir vom langen Tagwerk müde geworden sind und die Erneuerung unserer Kräfte bedürfen. Wir sind geweckter den Tag über, schlafbedürftiger am Ende desselben.

Mit diesem bessern Schlaf wird auch bald ein besserer Appetit sich einstellen. Wir berufen uns hiebei auf die Erfahrung. Abgesehen von der Verwendung der Morgenstunden wird schon die bloße Thatsache des zeitigen Aufstehens günstig auch auf die wichtige Lebensfunktion der Eßlust einwirken. Das Gefühl des Hungers kommt spät und schwach bei träger Ruhe. Erst die Bewegung und Munterkeit regt an. Mit erneuter Thätigkeit aller übrigen Organe kann auch das Organ der Verdauung nicht zurückbleiben. Wir gehen dann auch mit ganz anderem Gefühle zum Morgentisch nach ein oder zwei Stunden Aufseins, als wenn bloß mit Not noch Toilette gemacht werden konnte. Viel lieblicher duftet die Tasse Kaffee, viel würziger schmeckt das Butterbrod, und dieses gesteigerte Bedürfnis nach Nahrung bleibt nicht beim ersten Mahle stehen, für den ganzen Tag ist der Appetit geweckter geworden und weiß jeder folgenden Mahlzeit die gebührende Ehre anzuthun:

„Frue ufsto isch de Gliedere g'sund,
es macht e frische frohe Muet
und d'Suppe schmeckt eim no so guet." Hebel.

Also auch der leibliche Mensch gewinnt an Kraft, wie der innere Mensch daraus gewonnen hat. Leib und Seele gehen erfrischt nnd verjüngt aus dem siegreichen Kampf mit der Trägheit hervor. Es ist damit die Harmonie unseres ganzen Wesens gehoben. Unsre Nerven werden ruhiger oder besser gesagt, man verliert seine „Nerven". Man wird kühler, gefaßter, geschlossener in sich selbst und widerstandsfähiger gegen die Einflüsse und Anfechtungen von außen her. Unsere Konstitution kräftigt sich, unsere Stimmung wird gleichmäßiger, heiterer, aufgeweckter und vertragsamer: „— homme matineux — sain, gai et soigneux".

Die Aerzte wissen denn auch genugsam, welch' große Erfolge nur mit der Rückkehr zu diesem strengern Regime erzielt werden können. So hängt auch ein guter Teil der Heilwirkungen, welche an Kurorten den Wassern (den sog. Brunnen) allein zugeschrieben werden, mit der neuen und bessern Tagesordnung zusammen, welche daselbst innegehalten wird. In Kaltwasser-Anstalten ist es die eingestandene Grundbedingung des ganzen Heilverfahrens.

Hic Rhodus, hic salta! rufen wir denn auch allen zu, die heuer wieder hinaufsteigen

*) Bei Th. Schröter in Zürich.

Digitized by Google

in die herrlichen Alpenthäler oder um die Gesundbrunnen sich schaaren oder am Meeresstrande Erneuerung ihrer gesunkenen Kräfte suchen. Täuschet Euch nicht ob der Gunst der guten Mutter Natur; auch diese will verdient und umworben sein. Laß dir keinen Gruß des ersten Tages entgehen. Sei nicht grämlich mit dem Wärter, wenn er diensteifrig mit dem Morgenrot dich wach rüttelt. Trotze auch ein wenig der Mißgunst der Witterung. Laß dich nicht von jedem Nebel oder Froste irre machen im guten Vorsatz. Erzwinge es auch dann, früh und unter den Ersten zu sein, wenn Ueberwindung und Charakterstärke dazugehören.

Was solch' frühe Gewohnheit und geregelte Lebensart vermögen, das steht ja auch leibhaftig schon im Wärterpersonal dieser Kurorte vorgebildet da. Frisch und blühend sehen in der Regel alle diese Leute aus, lebhaft sind ihre Augen, rosig die Lippen und Wangen, kräftig und ausdauernd ihre Glieder und immer fröhlich der Humor, und doch sind die Aufgaben manchmal schwer genug und die Strapatzen nicht gering. Mancher arme reiche Kurgast würde gerne mit ihnen tauschen und all sein Silber und Gold mit in den Kauf geben. Aber so erkauft man Kraft und Gesundheit nicht. Was wir thun können, ist, daß wir jene Glücklichen zum Vorbilde nehmen in der ersten Gesundheitsregel und gleich ihnen „dem Tage geben, was des Tages ist".

Im Großen sehen wir die Vorteile der frühen Morgenstunde bestätigt bei jenen Ständen und Klassen der Bevölkerung, welche „früh sein" müssen. Es ist gewiß eine bemerkenswerte Thatsache, daß der vielgeplagte Bauernstand durch alle Nöten der Jahrhunderte herab doch so kräftig und tüchtig sich erhalten hat und heute noch mit seinem Ueberschuß an Bevölkerung die Städte vor dem Aussterben bewahren muß. Man kann allerlei zur Begründung anführen: Die gesunde Beschäftigung, der stete Aufenthalt in frischer Luft, die einfache Nahrung und Lebensweise. Das alles hat dazu beigetragen, aber der feste Rahmen zum Ganzen war und ist noch die frühe Tagwacht mit der neu gestählten Energie, die immer wieder frisch zugreift, vor keiner Not des Tages verzagt und namentlich auch an der Not des Einen Tages es genug sein läßt. Das hat unser Volk aufrecht erhalten und gesund durch alle Unbill der Zeiten herab und hält es noch aufrecht; das bildet jene zähen Körper und Charakter, die bis zum vollen Alter von 70 und 80 Jahren auch einem ärmlichen, bürdenreichen Loose Trotz bieten.

Weniger bestimmt tritt uns diese Thatsache bei der modernen Erscheinung des industriellen Arbeiters entgegen. Es sind hier, wie bekannt, ungünstige Verhältnisse mit im Spiele, denen auch das Gold im Mund der Morgenstunde noch nicht die Waage halten kann.

Hingegen möchten wir noch auf ein Beispiel im Großen hinweisen, wo die Wahrheit unseres Sprichwortes recht augenfällig hervortritt, und das ist der Soldatenstand. Wir haben hier diejenige Klasse vor uns, von welcher die größten physischen und moralischen Leistungen gefordert werden. Keine Rücksicht auf Gefallen oder Nichtgefallen, Selbstverleugnung und Entbehrungen jeder Art: Hunger, Durst und Nachtwachen, Hitze und Kälte, alles soll vorkommenden Falles ohne Murren ertragen werden und ist so ertragen worden in hundert Feldzügen alter und neuer Zeit. Auch im Frieden ist der Militärdienst keine Sinecure mehr; er ist für Offizier und gemeinen Mann eine fortwährende Anspannung aller Kräfte bei eher kärglicher Verpflegung. Und doch bleibt der junge Soldat gesund und erstarkt in der Regel zum kräftigen Mann mit zäherer Ausdauer und größerer Leistungsfähigkeit als irgend ein anderer Stand es aufzuweisen hat. Fragt man nach der Ursache dieser Erscheinung, so muß auch hier wieder die strenge Lebensordnung im Ganzen und die frühe Tagwacht insbesondere hervorgehoben werden. Mit Ausschluß jedes schlaffen, müßigen Elementes wird jedem neuen

Digitized by Google

Tag auch eine neue solide Grundlage körperlicher und moralischer Rüstigkeit untergelegt, in jedem Soldaten wieder neu der ganze Fond von Lebensenergie entwickelt und derselbe zu Leistungen fähig gemacht, wovor eine verweichlichte Natur zurückschreckt. Mit Recht darf daher der Militärdienst als eine Schule für Gesundheit und Tüchtigkeit in jeder Weise gelten, wo im Großen sich bewährt: „Morgenstund hat Gold im Mund".

Es ist wohl zuviel gesagt, daß Alle, die ein hohes Alter erreichen, auch das Frühaufstehen liebten. Soviel aber ist bekannt, daß die große Anzahl jener Männer, welche sich bis in's Greisenalter durch Rüstigkeit und Energie auszeichneten, auch ihr Frühstück zeitig zu sich genommen. Ganz umsonst ist jene sprichwörtliche Verheißung der 99 Lebensjahre nicht gemacht. Ein französisches Sprichwort aus der Zeit Franz I. geht sogar noch einen Schritt weiter und verspricht ein volles Hundert: „lever à six, dîner à dix, souper à six, coucher à dix fait vivre dix fois dix." Die Erfahrung hat es bestätigt und bestätigt immer wieder den lebensverlängernden Einfluß des Frühseins. Es ist das die einfache Konsequenz des bessern Befindens. Man erzählt uns denn auch von ganz überraschenden Beispielen, welcher Spannkraft und Ausdauer die menschliche Konstitution fähig ist, sofern ihr nur ihr gutes Recht gelassen und nicht mit widersinniger Lebensart ihre beste Kraft aufgerieben wird. Das „hundert Jahre alt werden" ist in manchen Fällen noch weit überboten worden. Man weiß von einem Bauer Peter Czartan, der 185 Jahre alt zu Belgrad starb und noch wenige Tage vor seinem Tode betteln ging. Unweit Polozk lebte noch 1796 ein Russe frisch und gesund im Alter von 163 Jahren. Ein englischer Pächter aus Yorkshire erschien erwiesenermaßen während eines Zeitraumes von 140 Jahren als Zeuge vor dem Grafschaftsgerichte. Der bekannte Parr brachte es auf 152 Jahre. Und es wird beigefügt oder ergibt sich aus dem Stande der Betreffenden, daß sie mit der Lerche auf und mit der Sonne zu Bett gewesen.

Insbesondere im Norden und in Schottland sind diese Beispiele der Langlebigkeit zu treffen und zumeist in den untern Ständen mit frühem Tagesanfang. Es können in den schottischen Hochlanden noch Fälle vorkommen, wo ein betagter Sechziger über die Ohrfeige des Vaters murrt, weil er den Großvater habe fallen lassen. Auch in unseren Schweizerbergen mit ihrem Naturleben ist das Bild rüstiger Greisenjahre noch nichts Seltenes. Wir erinnern uns aus unseren Alpentouren einem dieser Neunziger begegnet zu sein und auf die Frage, wie es gehe bei so hohem Alter: „ufi und abi" gehe es immer noch, meinte der ehrliche Alte, „nur nit ebe nache".

Das auffallendste Beispiel aber ist hier der schottische Viehmäster Joh. Mac Alpin. Er war von Jugend auf von schwächlicher Gesundheit und voll böser Säfte, litt auch fortwährend an bösen Ausschlägen über den ganzen Körper. Dabei lebte er noch unordentlich mit Trinken und spätem Aufbleiben, so daß sein Gesundheitszustand zuletzt verzweifelt wurde. Auf den Rat eines guten Arztes änderte er seine Lebensweise, lebte fortan nach den Regeln einer vernünftigen, doch keineswegs ängstlichen Diät, gewöhnte sich namentlich das späte Aufbleiben ab und war am Morgen um so früher das ganze Jahr hindurch. Der Erfolg war, daß Alpin 119 Jahre alt starb und zwar mit dem völligen Gebrauch der Sinnes- und Geisteskräfte bis an's Ende. Aus den höheren Ständen reiht sich diesem vorstehenden Beispiel dasjenige des französischen Litteraten Fontenelle an aus dem letzten Jahrhundert. Er war bei seiner Geburt so schwächlich, daß niemand das Kind für lebensfähig hielt. Er brachte es dennoch auf volle 100 Jahre nur durch ein wohlgeregeltes Leben und mit der strikten Regel: „um 9 Uhr zu Bett und um 5 Uhr wieder auf", dabei immer thätig, immer heiter bis zum letzten Augenblicke.

Digitized by Google

Jeder von uns wird aus dem Kreise näherer oder weiterer Bekannten Beispiele aufzählen können von solchen, die selbst bei zarter Gesundheit und nur durch streng geordnetes Leben ihren Lebensfaden wenigstens bis zur gewöhnlichen Vollzahl der 70 und 80 Jahre ausgesponnen, und was immer die Hauptsache dabei, im Vollbesitze ihrer körperlichen und geistigen Fähigkeiten.

Von allgemeiner bekannten Persönlichkeiten, die hier als Muster gelten können, erwähnen wir des deutschen Kaisers Wilhelm I. Ihm schließen sich an Männer wie Kant und Humboldt, Moltke und Mac Mahon, auch Thiers, alle Frühaufsteher und dafür rüstig bis zum hohen Alter. Auch Benjamin Franklin, der große Meister der Lebensweisheit, begann den Tag regelmäßig um 5 Uhr, und man weiß, wie wenig er über die Jahre zu klagen hatte, „die sonst dem Menschen nicht mehr gefallen". Weniger hielt der große deutsche Kanzler Bismarck auf unsere Regel und zog, wenigstens früher, das Arbeiten in die Nacht hinein vor, freilich auf Kosten seiner Gesundheit. Dagegen gehört hierher noch der Stifter der Methodistensekte, der Engländer Wesley. Dieser litt öfter an schlaflosen Nächten und seine Gesundheit wankte bis er sich gewöhnte, regelmäßig um 4 Uhr aufzustehen. Der Erfolg war überaus günstig. In rüstiger Gesundheit wirkte der Mann bis zum Alter von 88 Jahren, und so sehr blieb er von der Notwendigkeit des frühen Tagesanfanges überzeugt, daß er diese Regel zum Range einer religiösen Vorschrift erhob. Sein Motto war:

„Early to bed and early arise,
makes the man healthy, wealthy and wise."

Auch Luther hat es hier an einem guten Sprüchlein nicht fehlen lassen:

„Frü ufstahn und jung freien
wird nieman gereuen."

Unter den Diätetikern gebührt dem preußischen Leibarzt Hufeland (1798) das Verdienst, zum ersten Mal auf die Wichtigkeit unseres Gegenstandes aufmerksam gemacht zu haben. Eine ganze Reihe früherer Gesundheitstraktate befaßt sich nur mit guten Ratschlägen über Qualität und Quantität der einzunehmenden Speisen und Getränke und die gewöhnlichen Vorsichtsmaßregeln gegen Verkältung, Ansteckung ꝛc. Von der Wichtigkeit der Tageseinteilung und Essenszeit für das Wohlbefinden des Menschen haben sie noch nichts zu sagen, vielleicht auch naiver Weise das Richtige vorausgesetzt. Selbst Hufeland geht mit wenigen, aber allerdings gewichtigen Worten über die Sache weg: „Nach jedem guten Schlafe sind wir wie verjüngt. Wir sind früh allemal größer als Abends. Wir haben früh weit mehr Weichheit, Biegsamkeit, Kräfte und Säfte — genug, mehr den Charakter der Jugend, sowie hingegen Abends mehr Trockenheit, Sprödigkeit, Erschöpfung, also der Charakter des Alters vorherrscht. Man kann daher jeden Tag als einen kleinen Abriß des menschlichen Lebens ansehen, der Morgen die Jugend, der Mittag das männliche Alter, der Abend das Alter. Wer wollte nun nicht lieber die Jugend des Tages zu seiner Arbeit benutzen! Früh ist der menschliche Geist in seiner größten Reinheit, Energie und Frische, dies ist daher der Zeitpunkt neuer Geistesschöpfungen, reiner Begriffe und großer Gedanken. Nie genießt der Mensch das Gefühl seines eigenen Daseins so rein und vollkommen, als an einem schönen Morgen. Wer diesen Zeitpunkt versäumt, der versäumt die Jugend des Lebens."

Nach Hufeland ist es Dr. Wildberg (1818), der wieder energisch an unsere Grundregel der Diätetik erinnert: „Am Morgen mit der aufgehenden Sonne" wird die Atmosphäre reichhaltiger an Lebensluft und Sauerstoffgas, indem besonders die Pflanzen dasselbe reichlich zu entwickeln beginnen. Die atmosphärische Luft wird schwerer, trockener und schärfer. Da zieht

Digitized by Google

dann der menschliche Körper auch in erhöhtem Maß das belebende Prinzip aus der Luft ein, die Lungen arbeiten stärker, das Atmen wird schneller, der Puls kräftiger, der Leib dünstet mehr aus, saugt aber auch mehr ein. Der Körper erlangt frische Kraft mit höherer Reizbarkeit gepaart. Der Geist ist kräftig und zum Nachdenken aufgelegt. Die Eindrücke, welche das Gemüt empfängt, sind lebhaft und machen die Stimmung für den Tag. Das Gemüt ist zu erhabenen Gefühlen und tugendhaften Entschließungen am geschicktesten, und diese Tageszeit gewährt dem Menschen offenbar die köstlichsten Stunden. Wer sie genießen und damit für den ganzen Tag sich eine heitere Stimmung bereiten will, der gewöhne sich, um 5 Uhr aufzustehen. Ich kann aus eigener Erfahrung den Nutzen des thätigen Genusses der Morgenstunde für Körper und Geist nicht genug preisen. Möchte ich doch alle Menschen von der Wohlthat des frühen Aufstehens überzeugen können!"

Die neuesten Vertreter der Diätetik, wie Bock und Klencke, begnügen sich wieder mit den bekannten Ratschlägen eines 7—8-stündigen Schlafens, ohne vorangehendes schweres Essen, hohes, wohlgelüftetes Zimmer ꝛc., ohne sich weiter auf die wünschbare Tageseinteilung einzulassen. Es war somit nicht unzeitgemäß, wieder einmal mit allem Nachdruck und für das ganze Jahr geltend zu machen, was nicht blos eine Regel, sondern nach unserer Meinung die erste und Grundregel aller Gesundheitslehren bleibt: „Morgenstund hat Gold im Mund."

Guter Rat hinsichtlich Kleiderpflege.

Der gemütliche alemannische Dichter J. P. Hebel hat in seinem rheinländischen Hausfreund auch allerlei volkstümliche Belehrungen und nützliche Winke hinsichtlich gesundem Verhalten gegeben, in einer sehr einfachen Sprache und mit überzeugender Schlichtheit. So bemühte er sich u. a., den Lesern gewisse Schädlichkeiten in der Bekleidungsweise abzugewöhnen. Da die von ihm gerügte üble Gewohnheit auch bei uns, wie namentlich die Aerzte oft beobachten können (bei Leuten mit Krampfadern, Beingeschwüren, geschwollenen Füßen ꝛc.) immer noch häufig ist, so haben wir hier den schon von Hebel in sehr volkstümlicher Ausdrucksweise gegebenen „Guten Rat" abdrucken lassen:

Was ich jetzt sagen will, wird Manchem, der es liest, geringfügig und vielleicht lächerlich scheinen; aber es ist nicht lächerlich, und Mancher, der es liest, wird meinen, ich habe ihn leibhaftig gesehen, und es wäre wohl möglich. Doch weiß ich's nicht, und will Niemand besonders meinen. Es gibt Gegenden hin und wieder, wo die Männer und Jünglinge im Ganzen recht gesund und stark aussehen, wie es bei guter Arbeit und einfacher Nahrung möglich und zu erwarten ist. Sie haben eine gesunde Gesichtsfarbe, eine starke Brust, breite Schultern, guten Wuchs, kurz, der ganze Körperbau ist wohlproportionirt und tadellos bis unter die Knie. Da kommts auf einmal so dünn und so schwach bis zu den Füßen hinab, und man meint, die armen Beine müßten zusammenbrechen unter der schweren Last, die sie zu tragen haben. Das wißt ihr wohl: Manchem, der sich vor dem Spiegel einbildet, ein hübscher Knabe zu sein, geht es wie dem Pfau, wenn er auf seine Füße schaut, und deßwegen zieht ihr den starken ledernen Riemen, mit welchem ihr die Strümpfe unter dem Knie zu binden pflegt, immer fester an, und setzt ihn in eine Schnalle ein, wo er nie nachgeben kann, damit das Fleisch ein wenig anschwellen, sich herausheben und etwas gleichsehen soll, und eben daher kommt's.

Denn der ganze menschliche Körper und alle seine Glieder erhalten ihre Nahrung von dem Blut. Deßwegen lauft das Blut unaufhörlich von dem Herzen weg, zuerst in großen

Digitized by Google

Adern, die sich nachher immer mehr in unzählig kleine Aederlein verteilen und vervielfältigen, durch alle Teile des Körpers bis in die äußersten Glieder hinaus, und kehrt alsdann durch andere Aederlein, die wieder zusammengehen, folglich größer und an der Zahl weniger werden, zu dem Herzen zurück, und das geht unaufhörlich so fort, so lange der Mensch lebt, und auf diesem Wege gibt das Blut dem Fleisch, den Knochen und allen Teilen des Körpers ihre Nahrung, ihre Kraft und Ausfüllung und wird selber wieder auf eine andere Art durch tägliche Speise und Trank erhalten und ersetzt. Es geht da fast so zu, wie bei einer wohleingerichteten Wasserleitung. Da wird das Wasser aus dem größeren Strom in kleinere Kanäle fortgeleitet. Aus diesen verteilt es sich immer mehr in kleinere Bäche und Bächlein, dann in Gräben und endlich findet es jeden Grashalm auf der Wiese, Klee und Habermark, Liebfrauen-Mantelein und was darauf wächst, und gibt ihm seine Erquickung. Aber wo wenig Wasser hin kommt, da bleiben auch die Pflanzen klein und schlecht. So ist es mit dem menschlichen Körper ungefähr auch, und je weniger derselbe durch die Kleidung gedrückt oder eingeengt wird, desto freier uud reichlicher kann sich auch das Blut durch seine Adern bewegen, desto besser werden auch alle Teile des Körpers mit dem Wachstum zu ihrer Kraft und Vollkommenheit gelangen und darin erhalten werden. Wenn ihr aber einen Arm oder ein Bein unterbindet und den Blutlauf aufhaltet, so wird auch diesem Glied seine Nahrung entzogen. Das geschieht nun, wenn man von früher Kindheit an die Beine unter dem Knie mit einem ledernen Riemen durch eine Schnalle so fest bindet. Die feinen und größern Adern werden zusammengepreßt, es kann nicht so viel Blut ab- und aufsteigen, als nötig ist; die Knochen kommen daher kaum zu ihrer nötigen Stärke, und es setzt sich nicht genug Fleisch und Fett um dieselben an. Da zieht man nun den Riemen immer fester an, und das hilft ein wenig zum Schein, macht aber eigentlich nur das Uebel ärger, wie es immer geht, wenn man nur auf den Schein sieht, und zur Abhilfe eines Fehlers oder Gebrechens die rechten Mittel nicht zu wissen verlangt und mit dem nächsten besten sich begnügt.

Mein guter Rat wäre also der: Ihr sollt's machen wie andere vernünftige Leute auch. Man binde die Strümpfe mit geschmeidigen Bändern über dem Knie, oder wenn man bei der alten Weise bleiben will, so ziehe man wenigstens die Riemen nicht fester an, als nötig ist, um die Strümpfe oben zu erhalten. Man muß nie mehr Kraft anwenden und mehr thun, als nötig ist, um seinen vernünftigen Zweck zu erreichen. Besonders müssen die Eltern frühe darauf sehen, daß ihre Kinder die Strümpfe nicht zu fest binden. Alsdann wird das Blut seinen Weg schon finden, und den Gliedern ihre Nahrung und Stärke geben, die ihnen gebührt. Dies ist mein guter Rat, und wer keinen Glauben daran hat, der frage nur einen Arzt oder den Herrn Pfarrer; die müssens auch wissen. Aber folgen muß man alsdann. Denn, wem nicht zu raten ist, dem ist auch nicht zu helfen.

Einführung der Polizeistunde in Wirtschaften auch für Städte nötig!

Der freie Schweizerbürger läßt sich nicht gern einen Zwang, eine Beschränkung seiner persönlichen Freiheit gefallen, auf die er selbst dann noch stolz ist, wenn sie auch zu seinem ökonomischen, moralischen und gesundheitlichen Schaden dient. So ist auch in manchen Kantonen die Einschränkung in der übertriebenen Wirtshausfreiheit schwierig. Wohl kann darüber kein Zweifel herrschen, daß die nächtliche Wirtshäuslerei bis in den Morgen hinein, wenn sie oft geschieht, sehr ungesund und für viele, für Wirtsleute und Gäste, verderblich sei. Deshalb ist auch mit vollem Recht an vielen Orten die sogenannte Polizeistunde, der zwangmäßige Schluß der Kneiplokale um 11 oder 12 Uhr nachts eingeführt

Digitized by Google

worden. Im Kanton Zürich, mit seinen so verschiedenen Bevölkerungsverhältnissen vom kleinsten Dörfchen bis zur großen Stadt, herrschen auch mit Bezug auf die Wirthauspolizei gar bunte Unterschiede. Auf dem Lande, selbst in mancher größeren Gemeinde, stramme Ordnung, Kontrole und Bußen, in der Stadt Freiheit, so oft gleichbedeutend mit Unordnung und Ausschreitung. Daß für die nach und nach zu einer Großstadt sich ausweitende Kantonshauptstadt mit ihrer unendlichen Menge von Wirtschaften — oft Kneipstuben recht niederer Qualität — und der Sucht vieler Leute, bis in die frühen Morgenstunden hinein beim Glas zu sitzen und den Schlaf zu „brechen", die Einführung und strenge Beobachtung der Polizeistunde ebenfalls ein sittlicher, materieller und sanitarischer Fortschritt wäre, darüber kann absolut kein Zweifel herrschen, trotz der gegenteiligen Ansicht vieler Stadtväter im großen Ratskollegium. Nachfolgender Brief, aus gepreßtem Herzen einer, durch die ungesunde und unsittliche Wirtshaussucht ihres Mannes unglücklichen Frau geflossen, ruft vernehmlich nach Abhilfe eines durch die übertriebene Gewerbefreiheit groß gezüchteten Uebels.

„Verzeihen Sie einer armen gedrückten Frau, wenn sie es wagt, ihr Herz auch einmal vor einem Menschen auszuschütten, nicht nur vor Gott. Ach, meine ganze Seele ist ein Schrei zu Gott nach Erlösung aus dem schrecklichen Banne, der meinen Mann gefangen hält und der mit seinen Folgen ihn und mich und das unschuldige Kind hinabzieht ins Verderben. Mein Mann trinkt; er trinkt nicht alle Tage, aber Samstag und Sonntag wird es stets 2—3 Uhr morgens. Und dann ist viel Geld fort, manchmal sieben und mehr Franken an einem Tage, viel zu viel bei einem Verdienst von nicht einmal 4 Frs. Wovon sollen ich und das Kind leben und Holz, Petrol und Mietzins bezahlt werden, dazu noch Polizeibußen? Er hat alle Tage im Wirtshaus Fleisch, Suppe und Bier, und wir können nicht genug Kaffee und Brot haben und da darf mir mein Mann noch das geringe Essen vorhalten. Könnte ich alle die Rohheiten und Demütigungen nennen, die ich schon erduldet! Ich thue was ich kann, um zu verdienen, aber es ist nicht mehr viel, da ich krank bin; die Haushaltung ist in Ordnung, aber für Alles empfange ich nur harte Worte. Ich fürchte, durch die viele Unbill werde ich Achtung und Liebe ganz verlieren gegen meinen Mann, denn ich bin ja kein Engel, sondern ein sündiger Mensch. Ich bitte Sie inständig, beten Sie für uns, besonders für meinen armen Mann und besuchen Sie uns und richten Sie ein Mahnwort an ihn, damit auch alles versucht sei. Bitte, zürnen Sie mir nicht, ach, ich bin so verzweifelt, daß ich mir nicht zu helfen weiß, Kummer und Sorge nagen an mir Tag und Nacht und Niemand habe ich, dem ich mich anvertrauen kann. Man muß eher das Elend zu verbergen suchen."

Freilich wäre in einem solchen Falle mit der zwangsweisen Schließung der Kneipen um spätestens 12 Uhr, damit der Trunksüchtige Samstags und Sonntags nicht stets bis 2 und 3 Uhr morgens seiner Leidenschaft fröhnen kann, nicht radikal geholfen; aber für viele solcher Schwelger und Schlemmer böte die Polizeistunde doch wenigstens ein Zuchtmittel, das im Apparat einer guten Gemeindeordnung nicht fehlen darf. Der obige Brief war an den Bezirksvorstand des blauen Kreuzes gerichtet, jenes großen, segensreich wirkenden Vereins für die Rettung von Gewohnheitssäufern durch das Gelübde gänzlicher Enthaltsamkeit von allen berauschenden Getränken. Der Vorstand versicherte öffentlich, daß noch aus manch hundert Häusern der Stadt Zürich solches und noch schlimmeres geschrieben werden könnte, als jene arme Frau gethan. Ein noch weit ernsterer Kampf der Obrigkeit gegen das so verbreitete Trunkübel thut dringend not, im Interesse der Gesundheit und Sittlichkeit sowohl wie zum Schutze der bedrängten Familien, Frauen und Kinder.

Digitized by Google

Erste Hülfeleistung für vom elektrischen Strom Verletzte.

Nicht gar selten hört und liest man in den letzten Zeiten von Körperverletzungen durch den elektrischen Strom. Mit Ueberhandnahme der Leitungen für die Elektrizität, besonders zu den Zwecken der Starkstromverwendung, mit Verbreitung des elektrischen Lichtes, der elektrischen Krafterzeugungs- und Uebertragungsmaschinen, wächst die Zahl der industriellen Anlagen, damit aber auch die Gefahr, daß durch die mächtigen unbeabsichtigten Wirkungen dieser wunderbaren, aber unter Umständen wie der Blitzstrahl sehr gefährlichen Kraft, z. B. durch Berührung mit Leitungsdrähten, Unfälle erzeugt werden. Gar manchmal tritt durch dieselben plötzlicher Tod oder doch schwere Betäubung ein. Nicht immer ist in den oft abgelegenen Stationen zur Erzeugung oder Verwendung der Elektrizität für plötzliche Unglücksfälle ärztliche Hilfe rasch genug zur Hand. Es erscheint deshalb wichtig, daß dem Personal der Elektrizitätswerke die nötige Belehrung über Nothilfe in Verunglückungen, welche durch Unvorsichtigkeit oder Katastrophen an Apparaten ꝛc. hervorgerufen werden können, zu teil werde und man es in den für dieselben wichtigsten Eingriffen instruiere. In einem ländlichen Elektrizitätswerke sahen wir kürzlich eine vom schweizerischen Elektrotechnikerverein herausgegebene Anleitung zur Rettung eines vom elektrischen Strom Betäubten in Plakatform angeschlagen, welche für die immer zahlreicher werdenden Stationen zu nämlichen Zwecken praktische Bedeutung besitzt. Sie ist am Kopf mit zwei guten Abbildungen versehen, welche die Handgriffe für die künstliche Atmung illustrieren. Der Text ist kurz und bündig, leicht verständlich. Interessenten wird das Plakat vom technischen Inspektorat der Starkstromleitungen in Zürich bereitwillig ausgeteilt.

Für jeden Schultag eine Turnstunde!

Der um die Förderung des Schulturnens sehr verdiente A. Spieß verlangt für jeden Schultag eine Turnstunde, er erklärt es in seinem „Turnbuch für Schulen" für dringend wünschenswert, daß jede Turnstunde einige Zeit für Spiele gewähre und zwar am besten so, daß das Spiel nach den strengeren Uebungen gegen das Ende des Unterrichtes folge. Im Gegensatz zu obiger, ganz im Interesse der Körperpflege der Jugend liegenden größeren Berücksichtigung der Leibesübungen gehen Schulbehörden, wie z. B. die Zentralschulpflege von Zürich rückwärts anstatt vorwärts und setzen die bis jetzt bestehende bescheidene Zahl von Turnstunden für die Sekundarschülerinnen noch weiter herab, allerdings, wie mit Recht, unter ausdrücklicher und energischer Verwahrung von Seiten fachmännischer Kreise. Die Jugend muß weniger sitzen und über Hausaufgaben brüten, dagegen häufiger hinaus auf Turn- und Spielplatz und in die freie Natur. Mehr Körperübung ist für sie ein Lebenselement!

Die Gefahren des Radfahrens für Knaben und Mädchen unter 16 Jahren.

Dr. Reck in Braunschweig gelangte nach eingehenden Untersuchungen zu folgendem Ergebnis hinsichtlich der Gefahren des Radfahrens junger Leute:

Wie bei anderen körperlichen Uebungen kommt es auch beim Radfahren der Kinder oft zu unsinnigen und gefährlichen Uebertreibungen; und gerade durch diese Uebertreibungen werden die Gesundheits-Gefahren, welche das Radfahren überhaupt mit sich bringt, für Kinder ganz besonders große sein.

Will man demnach Kindern, Knaben und Mädchen unter 16 Jahren überhaupt das Radfahren gestatten, so muß dieses unter großen Vorsichtsmaßregeln, möglichst unter ständiger

Digitized by Google

Aufsicht eines mit den Gefahren vertrauten Erwachsenen geschehen. Man muß sich vergegenwärtigen, welchen Veränderungen das kindliche Herz namentlich in den Entwickelungsjahren unterworfen ist und wie gerade hier Ueberanstrengungen dauernden Schaden bringen können. Es wird, wenn man Kindern das Radfahren gestattet, vor allem darauf zu achten sein, daß sie größere Fahrten überhaupt vermeiden, daß sie auch bei kleineren Touren nur langsam und mit richtiger Atmung fahren, daß sie eine gerade aufrechte Haltung inne halten, daß ferner ein richtiger Sattel gewählt wird und daß sie von den Uebertreibungen des Rennsports durchaus fern gehalten werden.

Bullrich's Universalsalz.

Das Bullrich'sche Universalsalz wird in Zeitungen mit der Reklame empfohlen, daß es wegen seiner guten Wirkung gegen alle Magenleiden nnd Verdauungsstörungen als Hausmittel in jeder Familie Aufnahme verdiene.

Das Geheimmittel mit dem unwahren Namen ist im wesentlichen nichts als doppelkohlensaures Natron, das weit billiger in jeder Apotheke zu haben. Es ist eitel Dunst, daß es gegen alle möglichen Störungen des Verdauungsapparates nütze. Immerhin schadet es dem Magen und Darm weniger, als alle die vielen oft gewohnheitsgemäß lange Zeit eingenommenen angeblich magenstärkenden Liqueure und Tropfen (z. B. die Mariazeller!)

Zur Verbreitung der alkoholischen Geistesstörungen in der Schweiz.

Nach den Mitteilungen des sanitarischen Wochenbülletin haben sich in dem Zuwachs der staatlichen Irrenanstalten der Schweiz vom Jahre 1898 343 Fälle von Geistesstörungen (Psychosen) durch Alkohol befunden. So viele Gehirne, die Stätten des menschlichen Geistes, hat also dieses Gift in Folge der verbreiteten Unmäßigkeit im Genuß „geistiger Getränke" verheert und durchfeucht. Eine sehr traurige Erscheinung in dieser Volksvergiftung ist es, daß unter jenen Opfern sich 38 Frauen befanden! Unter den frischen Aufnahmen von Geisteskranken in der zürcherischen kantonalen Irrenheilanstalt Burghölzli des nämlichen Jahres litten 49 Männer an Alkoholpsychosen (29 Proz. der aufgenommenen männlichen Personen); Frauen mit den gleichen Störungen waren 3 eingebracht worden. In 20 Prozent aller neu Eingetretenen war der Alkohol die Hauptursache für das Irresein. 21 Patienten, wovon 5 Frauen, litten an Säuferwahnsinn!

Verbot des Geheimmittels „Pinkpillen".

In schweizerischen Zeitungen wird seit einiger Zeit viel Reklame gemacht für die Pariser Pinkpillen. Wunderbare Heilungen aller möglichen Krankheiten, mit Vorführung der angeblich kurierten Personen in schlechten Bildern nach Photographien — so auch schon seit geraumer Weile unter den Augen der Sanitätsbehörde sogar in der Neuen Zürcher Zeitung unter dem Redaktionsstrich, was wir für unter der Würde dieses Blattes halten — müssen das nötige Zutrauen und die für die Rentablität dieses neuesten Pillenhandels nötige Zahl von Gläubigen erwerben helfen. In heuchlerischer Weise, um einen dünnen wissenschaftlich schillernden Deckmantel um das Geheimmittel zu werfen, wird zunächst die Bedeutung und Verbreitung der durch jenes Präparat jeweilen zu kurierenden Krankheit (ihrer sind natürlich viele) in möglichst grellen Farben geschildert. So heißt es in der Nummer der „Neuen Zürcher Zeitung" vom 21. März unter der dickfetten Ueberschrift:

Digitized by Google

Ein unheilvolles Uebel.

Fast nie wird man von einer Krankheit sprechen hören, ohne daß das Wort „Blutarmut" dabei fällt. Diese ist in der That eines derjenigen Uebel, welche am häufigsten und meist unter der Jugend wüten. Unter den jungen Leuten und jungen Mädchen sucht sich diese Krankheit heutzutage zahlreiche Opfer. Ein junges blühendes Mädchen mit rosigen Wangen sieht man plötzlich bleich werden und ihre Farbe verschwindet. Man wird sich nicht immer genügend darüber klar, was Blutarmut eigentlich bedeutet, indessen ist es zu ihrer Bekämpfung notwendig, sie genau zu kennen. Beim ersten Anfang dieser Krankheit verschwinden die Kräfte, der Appetit nimmt ab und beim Gehen wird der ganze Körper sofort müde. Hierauf treten Kopfschmerzen, begleitet von Betäubung auf, sowie Ohrensausen, Seitenstechen, Schmerzen im Kreuz, Magen und den Eingeweiden. Dies sind die am häufigsten auftretenden Symptome der Blutarmut, die, je nachdem die Krankheit heftiger oder leichter auftritt, auch mehr oder weniger stark sind. Woher kommt aber diese Krankheit? Unbestreitbar von der Entkräftung und Verarmung des Blutes. Und nur durch Wiedererneuerung und Kräftigung desselben kann man diese Krankheit wirksam bekämpfen und seine Gesundheit wieder erlangen. — Und nun kommt die Reklametrommel:

Die Pink-Pillen, das mächtigste Wiedererneuerungsmittel des Blutes, sind gleichzeitig der furchtbarste Feind der Blutarmut, sowie aller Krankheiten, die mit einer Verarmung des Blutes zusammenhängen, als Bleichsucht, Neurasthenie, Rheumatismus, Nerven-Krankheiten, sowie der englischen Krankheit und St. Veits-Tanz bei den Kindern. In allen diesen Umständen sind sie vorzüglich. Sie sind in allen Apotheken zu 3 Fr. 50 per Schachtel oder 17 Fr. 50 die sechs Schachteln erhältlich. —

Am liebsten wird es dem Pillenhändler natürlich sein, wenn der blutarme Leser der Reklame $^1/_2$ Dutzend Schachteln auf einmal bestellt; er blutet dann mit seinem Geldsäckel gleich recht!

Das österreichische Ministerium des Innern hat schon im November vorigen Jahres den Verkauf des Geheimmittels „Pinkpillen" sowohl in den öffentlichen Apotheken als auch außerhalb derselben verboten. Ebenso untersagte es alle Druckschriften und Reklamebroschüren für Anpreisung der Pillen, deren Bereitung und Zusammensetzung unbekannt sind.

Hoffentlich thun unsere Sanitätsdirektionen das Nämliche.

Frauen u. Töchter
Blumenau-Steg
Hausarzt: Herr Dr. med. Spörri.
die an der Trunksucht leiden, finden freundl. Aufnahme in der Trinkerinnenheilstätte
TÖSSTHAL Kt. Zürich.
54
Siméon Diener, Hausvater.

Chamer Milch
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte
Birmenstorfer Bitterwasser.
Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack u. verursacht keine Beschwerden. — Vielfach prämirt mit höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen.

Digitized by Google

Privat-Heilanstalt „Friedheim“ Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter: **Krayenbühl**. Spezialarzt, nimmt **Geistes- und Nervenkranke** jeder Art auf. **Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten.** 8 G

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am Zürichsee

Soolbad Rheinfelden ★
Hôtel „Schützen“ mit Dépendance ist eröffnet.
12 G **Kohlensaure Bäder. — Elektrische Beleuchtung.**
Prospektus gratis. **F. Kottmann**, Propr.

DARKAUER JODSALZ
Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung **natürlicher Jodbäder im Hause.**
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G
Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

Schaffhausen **Hôtel Riesen** **Schaffhausen**
vis-à-vis dem Bahnhof
Neu restauriertes, gut empfohlenes Haus II. Ranges. Elektr. Licht. Mässige Preise.
Touristen und Geschäftsreisenden empfiehlt sich bestens
1272 **C. Wolf**, neuer Besitzer.

KERNS **Kinderheim** **KERNS**
Obwalden Obwalden
Erholungsstation für schwächliche, nervöse und rekonvalescente Kinder
Im Frühling und Herbst Ferienkolonien
Aeusserst geschützte Lage; ausgedehnte Tannenwaldungen; kräftige Ernährung. Anwendung hydriatischer Proceduren nach Winternitz; Massage; Elektrizität. Hydro-elektrische Bäder (System Emil Wild, Zürich). Best eingerichtete Lokalitäten. Elektrisches Licht. Telephon. Nähere Auskunft erteilen bereitwilligst **Frau Dr. Berchtold-Bucher**
7 G **G. Deschwanden**, prakt. Arzt

Bad Buchenthal
Wasserheilanstalt u. Sanatorium Kt. St. Gallen (Schweiz).
Elektr. Licht. Eisenbahnstation **Uzwyl** der V. S. B. Telephon.
Die vollkommensten Einrichtungen für das gesamte **Wasserheilverfahren**

Elektrotherapie	**Wellenbäder**
Heilgymnastik	**Dampfbäder**
Massage	**Bettdampfbäder**
Fangotherapie	**Sonnenbäder**
Schwimmbäder	
Elektrische Bäder	
Diätetische sowie	
Entziehungs-Kuren	

Mässige Preise. Prospekte gratis
durch den Besitzer: **J. Rogenmoser.** und leitenden Arzt: **Rob. Vogt**, Arzt aus Bern. 13 G

Wie erhält man seinen Magen gesund?
Eine Hygiene des Magens
Von Dr. H. Lootscher, Zürich
Preis: 80 Cts.
Ein vortreffliches Buch, aus reicher Erfahrung entstanden, für Gesunde und Kranke sehr wertvoll. 5843 ?
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

MAGGI'S
Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.
Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.
MAGGI'S Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.
Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.
MAGGI'S Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.
Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel**, elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.
Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30% durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Bépits.
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eicheiberg**, Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. Mai 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 8

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Arbeit. — Die hohe Bedeutung der Schweiz. Kranken-, Unfall- und Militärversicherung, laut Bundesgesetz vom 5. Okt. 1899. — Kernsprüche zur Kranken- und Unfallversicherung. — Ist Waschen mit kaltem Wasser für Schweißfüße schädlich? — Ungesunde Sitten unter der Jugend. — Erste Hilfe gegen Verbrennungen. — Schwindelkuren für Schwerhörige und Taube. — Witterung im März 1900. — Haushaltungslehrerinnen-Seminare. — Neue Litteratur über Kindergesundheitspflege. — Inserate.

Arbeit.

Arbeitsschweiß an Händen hat mehr Ehre, als ein goldener Ring am Finger.

* * *

Ohne Arbeit ist keine Gesundheit der Seele noch des Leibes, ohne diese keine Glückseligkeit möglich. Dr. v. Feuchtersleben.

* * *

Der beste Orden, den ich weiß,
Ist eine Hand voll Schwielen. Weber.

* * *

Arbeit ist des Blutes Balsam,
Arbeit ist der Tugend Quell. Herder.

* * *

Arbeit ist des Bürgers Zierde,
Segen ist der Mühe Preis,
Ehrt den König seine Würde,
Ehret uns der Hände Fleiß. Schiller.

Die hohe Bedeutung der Schweizerischen Kranken-, Unfall- und Militärversicherung, laut Bundesgesetz vom 5. Oktober 1899.

Ein Mahnwort für die Abstimmung.

Am 20. Mai hat der stimmberechtigte Schweizerbürger durch **Ja** oder **Nein** zu erklären, ob er das große, sozialgesundheitlich wie nationalökonomisch überaus belangvolle und folgenschwere eidgenössische Werk der obligatorischen Versicherung gegen die Schäden durch Krankheiten und Unfälle annehmen oder verwerfen wolle. Das Resultat der Abstimmung über eine

Digitized by Google

sehr komplizierte, weitschichtige Gesetzesvorlage wird ein Prüfstein dafür sein, ob unser Volk reif genug ist, kraft seines demokratischen Rechtes auch soviel Pflichtgefühl zu beweisen, um ein vom einzelnen Bürger, sei er Arbeitgeber oder Arbeitnehmer, mannigfache, wenn auch nicht unerschwingliche finanzielle Lasten und persönliche Opfer heischendes, großangelegtes und in seiner guten Durchführung schwieriges Unternehmen auf dem Boden der Solidarität, der Gegenseitigkeit, des nationalen Brudersinnes gutzuheißen, oder ob Eigennutz und Liebhaberei, Privatinteressen und Vorurteile abermals, wie schon öfter, den unedlen Sieg über den so viel gebrauchten, im Notfall aber vergessenen Wahlspruch „Einer für Alle, Alle für Einen", davon tragen sollen. Keine kleine und leichte Aufgabe für den durch allzu häufige Abstimmungen und Urnengänge geplagten, vielfach ermüdeten, ja seiner Volksrechte hie und da bereits überdrüssigen republikanischen Bürger ist schon das Studium der 400 Paragraphen (95 Seiten) umfassenden Broschüre, welche ihm ohne speziellen Führer, d. h. ohne Erklärungen durch das Labyrinth des verwickelten neuen Bundesgesetzes über die Versicherungsfragen ins Haus geschickt wurde. Mancher wird, so fürchten wir, mißmutig und gelangweilt, den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr erkennend, das trockene Büchlein bald wieder bei Seite legen und rasch entschlossen brummen: Es hat gar keinen Zweck, die hunderte von Artikeln zu lesen und zu studieren, ich schreibe ja doch immer Nein zu allem, was mir aus der Bundesküche in Bern aufgetischt wird. Angesichts der vielen Vorurteile und Irrtümer, der Abneigungen und Einwände, der Selbstsucht und Selbstzufriedenheit über die jetzigen so mangelhaften Zustände auch im Kranken- und Unfallversicherungswesen, in Anbetracht der Ablehnung von verhaßtem Zwang und Druck von oben, der feindseligen Stimmung gegen den verpönten sogen. Staatssozialismus müßte es gar nicht Wunder nehmen, wenn die Neinsager auch in dieser von vorneherein für eine Abstimmung gewagten Sache, wie auf eidgenössischem Boden leider schon so häufig, Oberwasser bekommen. Damit würde freilich ein Riesenprogamm des Gemeinnutzens, der Humanität, der Nächstenliebe und Barmherzigkeit den bekannten Stimmbach ab geschickt und ohne letzte Ehre für lange Zeit begraben, dem Land und Volk zum Schaden. Denn nicht so leicht und schnell würde es sicherlich durch eine neue angeblich verbesserte Vorlage über die nämliche Materie ersetzt werden. Darum caveant consules! Jeder Versicherungsanhänger, es thut bitter Not, stehe treu auf seinem Posten und werb' im stillen wie im lauten Freunde für das gefährdete, durch die Bundesverfassung schon vor bald zehn Jahren zur Ausführung angewiesene, wahrhaft christliche Werk des Friedens und der Eintracht.

Wie notwendig die Assekuranz der unselbständig Erwerbenden, des wegen unzureichenden oder in gesunden Tagen nur knapp die nötigsten Lebensbedürfnisse deckenden Löhnen so sehr des Schutzes vor Krankheit und Körperverletzung, also vor Erwerbsunfähigkeit bedürftigen Arbeiterheeres auch in der Schweiz ist, das lehrt dessen gewaltige Vermehrung seit einigen Jahrzehnten. Diese Schichten sollen laut Schätzung allein in unserem kleinen Lande etwa 58 % des ganzen erwerbenden Volkskörpers ausmachen. Die Gründe dafür sind bekannt, ist ja doch in der zweiten Hälfte des zur Neige gehenden Jahrhunderts eine gewaltige Umänderung in der Beschäftigungsweise, in Handel und Wandel, Verkehr und Maschine erfolgt. Die Eisenbahnen und Fabriken allein haben ja enorme Umwälzungen im Erwerbsleben vollzogen. In Erkenntnis der Notwendigkeit, die Arbeiter vor den schlimmen Zuständen und Entbehrungen in kranken Tagen vorsorglich sicher zu stellen, hat zuerst in Deutschland von staatswegen die segensreiche Arbeiterversicherung gegen Krankheiten und Körperschäden durch Verletzungen, Unfälle aller Art, sowie gegen Altersschwäche und Invalidität erzeugt. Viele Hundert Millionen

Digitized by Google

von Personen sind daselbst schon seit dem Jahr 1885 bis 1897 mit 1700 Millionen Mark unterstützt worden. Wahrlich eine Wohlfahrtseinrichtung des Staatssozialismus, wenn man diesen, manchem Spießbürger unangenehm in die Nase stechenden Ausdruck gebrauchen darf, von allererstem Rang. Und einem solchen Muster der barmherzigen Fürsorge für die bedürftigen Staatsangehörigen in wesentlich verbesserter Form nachzuleben, geziemt gewiß auch der Republik. Sie **muß** auf diesem sozialgesundheitlich und wirtschaftlich so ersprießlichen Felde endlich auch ihr Banner des Fortschrittes entfalten, nachdem andere manarchische Länder das Beispiel von Deutschland mit staatlicher Versicherung besonders gegen Unfall, aber wie Oesterreich ebenfalls gegen Krankheit bereits befolgt haben. Schon der wirtschaftliche Wettbewerb im Staatenkreise nötigt sie dazu, von anderen Beweggründen ganz abgesehen.

In einem trefflichen Aufsatz über unser Thema im 1. Heft laufenden Jahrganges der schweiz. gemeinnützigen Zeitschrift gibt Dr. med. Kaufmann ziffernmäßige Belege über die Häufigkeit von Krankheit und Unfall in der Schweiz. Er folgert daraus und aus dem thatsächlichen, schwerwiegenden Umstande so häufiger Notlage auch in unserem Arbeiterstande, namentlich bei Verheirateten und kinderreichen Familien, sowie aus den Erfahrungen der Armenpflege für die Unterstützung unversicherter Personen in kranken Tagen, daß die Versicherung der unselbständig Erwerbenden auch bei uns absolut geboten sei. Denn sie allein gewährt eine würdige, wirksame und allzeit bereite Hülfe. Daß die bisherigen nur freiwilligen Krankenkassen — es existieren deren nach Zweifel etwa 900 in der Schweiz — trotz ihrer großen Leistungen nicht ausreichen, lehrt die Erfahrung. Die von ihnen ausbezahlten Krankengelder sind für Familienväter meistens zu gering, um alles für des Lebens Notdurft und auch noch die Krankenpflegekosten zu bestreiten; ihre Leistungen sind zeitlich durch die Statuten meistens zu kurz dauernd, denn sie können wegen sonst entstehenden Defiziten nicht sehr lange unterstützen und doch ziehen sich manche Krankheiten leider so verzweifelt lange hinaus, bis zu Siechtum und Tod, so daß bitterste Not, ja nicht selten eine wahre Hungerzeit zur Kummerprüfung für arme Familien entsteht. Man frage nur die Aerzte und Armenpfleger, die wüßten darüber ein herzerweichendes Trauerlied zu singen. Und dann, das schlimmste bei der Sache, ein Mangel und Uebelstand, der sich täglich dutzendmal zeigt und rächt! Sehr viele ledige und verheiratete Leute, die eine Vorsorge für die kranken Tage bitter nötig hätten, durch rechtzeitigen Eintritt in eine Krankenkasse, halten sich davon fern. Die in Leichtsinn und Kurzsichtigkeit dahinlebenden allerbedürftigsten, weil den geringsten Lohn beziehenden Personen, wie Handlanger und Taglöhner, werden denn auch wegen des Lohnausfalls durch Arbeitsunfähigkeit in Folge längerer Krankheit in der Regel Kunden der Armenkassen, weil sie in gesunden Tagen nicht Mitglieder einer Krankenkasse geworden. Dann muß die sonst schon geplagte Frau für den kranken, erwerbsuntüchtigen Mann mit Verdienen in den Riß treten, Haushaltung und Kinder vernachlässigen; sie kann den Patienten daheim nicht pflegen, weil sie außer Haus muß; Ersparnisse sind keine vorhanden, eher noch Schulden, weil man von der Hand in den Mund lebte, der Mann vielleicht auch zuviel von seinem Zahltag ins Wirtshaus trug ꝛc.

Und erst noch die vielen Unfälle mit ihren gleichen traurigen, oft noch viel schlimmeren ökonomischen und gesundheitlichen Folgen, namentlich für so viele Familien der unbemittelten und armen Stände! Die s. Z. als ein Fühler und Vorläufer für die staatliche Unfallversicherung in der Schweiz aufgenommene 3-jährige Unfallstatistik — 1888—1898 — hat für die unselbständig Erwerbenden, also für die Versicherungskandidaten, die große Zahl von 57203 ergeben (alle sowohl bei der Arbeit, als sog. Betriebsunfälle, wie die mit ihr nicht zusammen-

Digitized by Google

hängenden addiert). Auf ein Jahr macht dies mehr als 19000 aus. Sie gruppierten sich nach der Schwere, demgemäß auch nach ihrem Ernst für den Verunfallten und seine Angehörigen folgendermaßen: leichtere Fälle (innert 6 Wochen geheilt), 46636 mit über 1 Million Krankentagen und länger als 6 Wochen dauernde, somit schwere, 6933 mit 209 800 Krankentagen. Invaliditätsfälle waren es im ganzen 5732, darunter 2011 schwere und gänzlich Invalide 180. Todesfälle 1623; unter den Hinterlassenen 636 Ehegatten und 1158 Kinder. Das Bedürfnis einer Unfallversicherung war mit diesen Zahlen, welche trotz ihrer Nacktheit sehr viel Not, Elend und Trauer, so viel ökonomische Einbuße einschließen, auch für unsere Verhältnisse nachgewiesen. Wenn man rechnet, daß allein die für unsere in runder Zahl mindestens 600000 gegen Unfall obligatorisch zu versichernden unselbständig Erwerbenden alljährlich durch vereinte Kräfte des Bundes, der Arbeitgeber und Arbeiter aufzubringende Summe zur Deckung der Renten, d. h. der andauernden, gesetzlich genau festgelegten Entschädigungen an Invalide und Hinterbliebene, mehr als 7 Millionen Franken betragen wird, so kann man ungefähr ermessen, welch ein Segen für Einzelne und Familien das Bundesgesetz in sich schließt. Von seinen vielen anderen Vorteilen hier noch nicht zu reden.

Ueber den guten moralischen Einfluß, welchen der gesetzlich anzuwendende Versicherungsgrundsatz auch bezüglich Krankheit und Unfall auf die arbeitenden Klassen auszuüben angethan ist, sagt Prof. Hitze: „Der Arbeiter wird viel lieber an die Zukunft und an die wirtschaftliche Verbesserung seiner eigenen Lage und derjenigen seiner Familien denken, wenn er sich und die Seinigen wenigstens vor den vernichtenden Schlägeu des Schicksals durch Krankheit, Körperverletzung, Invalidität oder Tod sicher und damit so oft vor der bittersten Not geschützt weiß. Wie kann z. B. heute (also ohne Versicherungspflicht gerade für diejenigen, die sie am nötigsten hätten) der Arbeiter Lust am Sparen besitzen, wo er im Falle schwerer Erkrankung, eines Unfalls, früher Erwerbsunfähigkeit durch Invalidität nach Verletzungen doch wieder an den Bettelstab kommt? Wenn er dagegen auf eine bestimmte Rente für diese Prüfungszeiten rechnen kann, dann wird er auch streben, für seine alten Lebenstage und die Zukunft seiner Kinder weitere Vorsorge zu treffen." — Das ist aber auch, durch größere Solidität des Lebenswandels volksgesundheitlich von allergrößter Bedeutung. (Schluß folgt.)

Kernsprüche zur Kranken- und Unfallversicherung.

Es ist ein Gebot der Menschlichkeit und der Klugheit zugleich, die Krankheiten der Armen durch möglichst gute und rasche Verpflegung zu heilen.

Es ist eine Aufgabe unserer Zeit, der Krankenunterstützung auch im Frieden die Makel der Armenunterstützung, welche ihr noch vielfach ankleben, abzunehmen. Im Kriege ist die Krankenpflege ein Ehrendienst; sie muß es auch im Frieden werden!

Millionen von Menschen wäre geholfen, wenn wir auf unsere Liebe so eitel wären, wie auf unseren Glauben, auf unsere Krankenpflege so eitel wie auf unsere Kirchen, Glocken — und Kanonen! Wenden wir uns zum Kultus der Liebe, indem wir die Kranken verpflegen und so den Grund legen zu sozialen Verhältnissen, in welchen wir uns gegenseitig weder verfluchen noch erschießen. Dr. Sonderegger.

* * *

Die Heilung sozialer Schäden wird nicht ausschließlich im Wege der Unterdrückung sozialistischer Ausschreitungen, sondern gleichmäßig auf dem der positiven Förderung des Wohles der Arbeiter zu suchen sein. In dieser Beziehung steht die Fürsorge für die Erwerbsunfähigen unter ihnen in erster Linie.

Aus der deutschen Thronrede über soziale Reformgesetzgebung.

Digitized by Google

Ist Waschen mit kaltem Wasser für Schweißfüße schädlich?

In einem Vortrage über die Körperreinigung bespricht Prof. Dr. Hansemann auch ein sehr verbreitetes Vorurteil, das, wie jeder Arzt aus seiner eigenen Praxis weiß, öfter selbst bei gebildeten Menschen gefunden wird. Sie glauben nämlich, daß regelmäßiges Waschen der Haut von Schweißfüßen mit kaltem Wasser gesundheitsschädlich sei und durch „Unterdrückung" des Schweißes gefährliche innerliche Krankheiten hervorrufen könne. Das ist nun aber ganz und gar nicht der Fall. Im Gegenteil gibt es kein besseres Mittel gegen alle lästigen und üblen Folgen der Schweißfüße (wunde Haut, Risse derselben, Schmerzhaftigkeit beim Gehen) als recht häufiges und gründliches Waschen mit frischem, also kaltem Wasser und einer milden Seife (diejenige von Glycerin eignet sich besonders dazu).

Ungesunde Sitten unter der Jugend.

Nach Mitteilungen in einer Bernerzeitung*) kommen im Kanton Bern in vielen Gemeinden bei den sog. Examenfestchen der Schuljugend ganz ungesunde Sitten vor. Es seien an denselben nämlich regelloses, übermäßiges Trinken und Tanzen der Schulkinder an der Tagesordnung. Es gebe Gemeinden, wo die Kinder ein Geldgeschenk bekommen, nicht nach Fleiß und gutem Betragen, also gewissermaßen als eine Prämie, sondern klassenweise wie ein Sold (50 Rappen bis 1 Franken je nach dem Alter). Dieses Geld werde dann gewöhnlich vertrunken! Da und dort lange es nicht und werden dann zuweilen die Schulbehörden, ja sogar der Pfarrer von Seiten der Kinder angepumpt um Geld zu einem oder ein paar Litern! Die Examenfestchen fallen meistens auf den Ostermontag und da dieser Tag im Kanton Bern nicht kirchlich gefeiert wird, so haben sie ihn in Beschlag genommen: die bedauerlichen Folgen bleiben nicht aus.

Erste Hilfe gegen Verbrennungen.

Die vom Volke gegen Verbrennungen aus den mannigfaltigsten Ursachen angewandten ersten Mittel sind ebenso zahlreich wie oft ganz unsauber und unpraktisch. Wir betrachten es selbstverständlich als eine Regel, von der in keinem Falle sollte abgewichen werden, irgendwie erheblichere Körperverletzungen durch Verbrennung, Verätzung oder Verbrühung so rasch als möglich dem Arzte zu kunstgerechter Behandlung zuzuweisen. Doch wird es oft nötig sein, zunächst, für die erste und dringendste Not, zweckmäßige Hilfeleistung durch Laienhand zu leisten. In der Jüngstzeit hat sich nun die von Dr. von Barbeleben angegebene sog. „Brandbinde" einen guten Ruf als Verbandmittel bei Verbrennungen erworben. Sie enthält im Mullbindenstoff durch chemische Eigenschaften antiseptisch (fäulniswidrig) wirkende, pulverförmige Substanz Wismuth, die auch schon bei andern Verletzungen (frischen Wunden) als Streupulver, oder in aufgeschwemmten Zustand (als Emulsion), früher mehr als heutzutage, von Chirurgen benützt worden ist.

Bezüglich des Verhaltens der Laien bei Verbrennungen und Anlegen des Notverbandes durch dieselben mittelst der „Brandbinde" hat Dr. von Barbeleben folgendes geschrieben:

Im Notfall ist meiner Ueberzeugung nach von jeder Desinfektion verbrannter Körperstellen abzusehen; da wo schon Blasen entstanden, sind dieselben zu entfernen (aufzuschneiden). Durch möglichst baldigen geeigneten Verband, wie er durch eine leicht abzurollende, imprägnierte und mit Desinfektionsstoff schon versehene Binde in Gestalt der Wismuth-Brandbinde ge-

*) Der „Tagesanzeiger", dem wir die Notiz entnommen haben, gab den Titel derselben nicht an.

Digitized by Google

schaffen ist, wird dem Schmerz am besten entgegengetreten und eine geeignete Wundbehandlung angebahnt. Ein oder mehrere Lagen entfetteter Watte vervollkommnen den Verband; nur letztere ist bei etwaiger Durchtränkung zu erneuern, die Bindenlage selbst womöglich bis zum sechsten bis achten Tage liegen zu lassen, wenn sie nicht vorher sich abhebt. So kann, bisweilen unter einem Verbande, eine definitive Heilung, gewissermaßen unter trockenem Schorfe herbeigeführt werden. Der erste Wechsel des Verbandes geschieht jedenfalls zu einer Zeit, zu welcher auch die Empfindlichkeit der verbrannten Flächen bei weitem nicht mehr so groß ist und wird, um jeden Schmerz zu vermeiden, wie jeder folgende, am besten mittelst Baden in warmem Wasser bewerkstelligt. —

Es ist zu empfehlen, die Wismuthbinde in der Hausapotheke und in Samariterkästen vorrätig zu halten, namentlich in Fabriken, Laboratorien und Werkstätten, wo Verbrennungen und Verbrühungen sich öfter ereignen. Auch Prof. Esmarch, der Vater des modernen kontinentalen Samariterwesens, empfiehlt in der neuesten (15. Auflage) seines Leitfadens für Samariterschulen die antiseptische „Brandbinde" von Bardeleben.

Schwindelkuren für Schwerhörige und Taube.

Von einem Abonnenten erhielten wir mit der Unterschrift: „Auch Einer"! folgende Zuschrift:

Fleißiger Leser der Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege übersendet Ihnen beiliegenden Zeitungsausschnitt (Inserat) der „Appenzeller Zeitung" von letzter Woche:

> **Schwerhörige und Taube** können ihr Gehör in kurzer Zeit durch unser neues Verfahren wieder herstellen. Jeder kann sich selbst behandeln. Kosten gering. Ohrensausen und -Klingen sofort gehoben. Unzählige Patienten in der Schweiz geheilt, selbst solche, die von Kindheit an taub waren, worüber Zeugnisse zur Verfügung stehen. Taubstumme sind jedoch ausgeschlossen. Wenn Sie uns Ihren Fall genau auseinandersetzen, werden wir denselben kostenfrei untersuchen und unsere aufrichtige Meinung sagen. Man adressiere: Deutsche Ohrenklinik 135 West, 123 Str., New-York, Amerika.

Schreiber dieser Zeilen hat die New-Yorker Ohrentrommeln Monate lang getragen*), ohne den geringsten Erfolg zu erzielen, und doch heißt es: „Unzählige Patienten in der Schweiz geheilt". Mir sind Personen bekannt, welche diese Trommeln völlig erfolglos getragen haben. Im Gegenteil, in den meisten Fällen ist das Hörvermögen nach der Behandlung bedeutend schlechter als vorher.

Wie viele werden noch auf den Leim gehen, wenn diese Inserate nicht unterdrückt werden können? fragt zum Schluß der Geprellte. — Antwort: Man frage doch vorher einen Arzt, bevor man so .... ist, der plumpen Reklame Glauben zu schenken. Denn die Zeitungsverleger sind zu geldsüchtig, die Medizinalpolizei ist zu ohnmächtig, um alle solche Schwindelinserate zu verhüten, obgleich sie viel mehr in Sachen thun könnte und auch sollte. Darum hilf Dir vorläufig selbst!

---

*) Als fleißiger Leser unserer Blätter hätte der Einsender kein Opfer des fremden Schwindels werden sollen, denn an Warnung unsererseits davor fehlte es nicht. Aber die Leichtgläubigen, die immer wieder hineinfallen, um teures Geld, werden nie alle. Red.

Digitized by Google

Witterung im März 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.											
		Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel					
								2—6	7—11	12—16	17—21	22—26	27—31
Zürich . .	493	0.9	—2.8	13.0	21.	—13.3	5.	—5.5	1.9	3.2	3.0	3.7	0.5
Basel . .	278	2.4	—2.3	13.0	21.	—13.0	5.	—4.0	3.5	4.6	4.6	4.6	1.7
Neuchâtel .	488	1.4	—2.6	10.2	12.	—11.2	5.	—4.2	1.6	3.9	3.0	3.5	0.7
Genf . .	405	2.0	—2.8	11.1	13.	—7.8	5.	—3.1	1.8	4 6	3.0	4.1	1.4
Bern . .	572	0.2	—3.2	10.1	21	—12.5	6.	—6.2	0.8	2.7	1.9	2.7	0.0
Luzern . .	451	1.1	—2.5	12.2	21.	—11.0	5.	—4.8	0.9	3.5	2.8	4.3	1.3
St. Gallen	703	—0.7	—2.9	15.0	21.	—15.7	5.	—8.1	—0.4	1.6	2.7	3.4	—1.1
Lugano. .	275	5.3	—1.5	15.2	13.	—3.8	5.	1.4	5.8	7.7	5.3	5.4	6.5
Chur . .	610	1.2	—2.9	14.6	21.	—11.2	5.	—5.7	2 0	2.4	4.6	5.1	0.9
Davos . .	1557	—4.8	—1.9	7.7	22.	—21.4	5.	—11.9	—5.2	—3.9	—0.7	—1.2	—3.9

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge		Bewölkung in %	Zahl der Tage						
			in mm	Abweichung v. d. normal.		mit				helle.	trübe.	mit starkem Wind
						Niederschlag.	Schnee.	Gewitter.	Nebel.			
Zürich . .	716.4	76	66	—29	64	17	14	0	1	5	14	5
Basel . . .	735.5	79	31	—27	74	13	10	0	1	2	16	1
Neuchâtel .	716.9	78	33	—35	68	9	6	0	1	3	14	5
Genf . . .	723.8	74	40	—22	67	6	2	0	1	6	12	16
Bern . . .	709.4	76	47	—20	68	13	11	0	11	0	10	9
Luzern . .	720.2	73	63	—28	61	16	14	0	0	6	12	2
St. Gallen .	698.1	74	127	20	69	18	18	0	1	6	16	4
Lugano . .	733.5	62	159	—7	50	12	3	0	0	12	13	7
Chur . . .	705.5	80	24	—33	61	12	11	0	0	7	13	12
Davos . .	626.8	75	30	—27	60	12	12	0	0	7	13	3

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 103, Basel 84, Bern 114, Genf 121, Lugano 180, Davos 123.

Der März, theoretisch-meteorologisch zum Frühjahrsquartal gerechnet, zeigte dieses Jahr in Zentraleuropa völlig den Charakter eines Wintermonats, sowohl wegen der häufigen Schneefälle, die bis zum Schluß des Monats auftraten, als namentlich hinsichtlich der Temperaturverhältnisse. Auf der Nordseite der Alpen kam das Monatsmittel der Temperatur auf $2^1/_2$ bis 3° unter das Normale zu stehen und in Zürich hatten wir seit Beginn der officiellen Notierungen (1864) nur einen März (1883), der noch etwas kälter war als der heurige. Derjenige von 1887 kommt dem verflossenen gleich. Der diesjährige kalte März machte sich um so mehr bemerkbar, als er auf einen milden Januar und Februar folgte. Das recht seltene Faktum, daß der März im Mittel kälter sein kann, als die beiden vorausgegangenen Monate, trat dieses Jahr ein. Auch das meistenorts am 21. während einer Föhnströmung sich einstellende Temperaturmaximum blieb erheblich hinter dem Februarmaximum zurück. Gleich zu Anfang des Monats erfolgte durch die Wechselwirkung eines über dem Nordwesten eingetretenen barometrischen Maximums mit der Depression im Osten des Kontinents und dem Auftreten nördlicher Winde ein schroffer, von Norden nach Süden fortschreitender Temperaturfall. Es wurden auf der Nordseite der Alpen während der bis zum 7. anhaltenden Frostperiode Temperaturminima notiert, die hinter denjenigen des verflossenen Dezember nur wenig zurückstanden. Mit der Verlegung der Hochdruckzone nach Mittel- und Osteuropa hob sich die Temperatur und erreichte in den Tagen vom 10.—14. den normalen Stand. Dann führte eine neue Hochdruckzone im Westen in Verbindung mit einer Depression im Norden des Kontinents einen zweiten Kälterückfall herbei. Die Witterung blieb vorwiegend trüb und rauh bis

Digitized by Google

zum Monatsschluß. Die namentlich im Osten des Landes ziemlich häufigen Niederschläge fielen meist als Schnee. Die Gesamtmenge derselben überschritt allerdings nur in einem Teil der Ostschweiz den normalen Betrag und blieb stellenweise nicht unbeträchtlich hinter demselben zurück. Die mittlere Bewölkung war meist beträchtlicher als die normale und dementsprechend die Sonnenscheindauer namentlich in der Nordschweiz erheblich geringer als die mittlere.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Haushaltungslehrerinnen-Seminare.

An der Haushaltungsschule in Bern wird im August der 4. Jahreskurs zur Ausbildung von Haushaltungslehrerinnen beginnen. Die Schule hat schon viel Gutes für die Volksgesundheit geleistet. Die aus ihr hervorgegangenen Lehrerinnen wirken im Lande herum und helfen durch Abhaltung von Kochkursen und durch Leitung von Haushaltungsschulen erfolgreich mit zur Hebung der Volksernährung. Immer mehr gewinnt der Gedanke die Oberhand, daß hauswirtschaftlicher Unterricht an den Mädchenschulen gerade so wichtig sei wie der Handarbeitsunterricht. Deshalb geben immer zahlreichere Schulen Haushaltungskurse; stets größer wird das Bedürfnis nach tüchtig vorgebildeten Lehrkräften für dieses Fach. Bereits existieren in mehreren Kantonen (z. B. Bern, Zürich) Haushaltungsschulen (Seminare) für Ausbildung von Lehrerinnen in der für Familien und Volk praktisch so nützlichen Hauswirtschaftslehre mit Kochkunde. Die Berner Schule hat einen Vorteil vor allen ähnlichen Anstalten voraus: die angehenden Lehrerinnen haben dort Gelegenheit, an der mit dem Seminar verbundenen Dienstbotenschule ihr Lehrtalent zu erproben und zu entwickeln. Bedingungen zur Aufnahme in dasselbe sind: zurückgelegtes 18. Altersjahr, Sekundarschulbildung und hauswirtschaftliche Vorkenntnisse.

Neue Litteratur über Kindergesundheitspflege.

J. Hürlimann, Arzt. **Zwanzig Jahre im Dienste der Kinderpflege und Kindererziehung.** Eine populäre Skizze, Eltern, Erziehern und Kollegen gewidmet. I. Teil, 70 S. Zug 1900, Buchdruckerei J. Kündig.

Der Verfasser hat ein großes, wohlbekanntes und gut besuchtes Privatsanatorium für Kinder in Unterägeri, ist Arzt der Zürcher Heilstätte für skrophulöse und rhachitische Kinder daselbst, sowie des großen Töchterinstitutes Menzingen, dabei kantonal-zugerischer Erziehungsrat und Schulvisitator.

Ein reiches und vielseitiges Arbeitsfeld ist es, von dem uns der Verfasser in seinem Büchlein Rechenschaft gibt. Seine Anstalten sind sehr günstig gelegen, vor Nord- und Ostwind geschützt und auch im Winter sehr lange von der Sonne beschienen, was ausgiebigen Genuß der freien Luft gestattet. Die Höhenlage der Gegend — 700—900 Meter — sagt zarten, erholungsbedürftigen Kindern sehr gut zu. Sie nehmen an Körpergewicht und Kräften zu, Asthma verliert sich hier und wird bei den dortigen Bewohnern überhaupt nicht beobachtet.

Der Verfasser schildert nun seine Behandlungsweise, die ausgiebig diätetisch, hygienisch und pädagogisch ist und der Apotheke nicht viel Spielraum läßt. Der Alkohol ist gänzlich verbannt. Der Verfasser durchgeht die Hauptgruppen der Krankheiten, die ihm seine jungen Pfleglinge zuführen: Mangelhafte Körperentwicklung, Rekonvaleszenten nach akuten Erkrankungen der Brustorgane, chronische Leiden derselben, Skrophulose und Rhachitis, Magen- und Darmkrankheiten, Nervöse und Blutarme, psychisch Abnorme, und teilt seine aus reicher Erfahrung geschöpften Behandlungs-Grundsätze mit.

Dann folgen die in der Anstalt aufgetretenen Krankheiten. Unter 3114 Kindern kamen

Digitized by Google

21 Fälle von infektiösen Krankheiten vor: Masern, Scharlach, Diphtherie, Varizellen und Keuchhusten. Sie verteilen sich auf 20 Jahre. Unter den nicht ansteckenden Gesundheitsstörungen waren von 1880—1892 Diarrhoen häufiger. Seit diesem Jahr erhalten die Pfleglinge grundsätzlich keine ungekochten Nahrungsmittel, namentlich auch keine ungesottene Butter mehr, dafür aber gekochte Früchte, Beeren und Fruchtsäfte. Dadurch wurden die Hausdiarrhoen namentlich zur Sommerszeit auf ein Minimum herabgesetzt. Von anderen Erkrankungen kamen jährlich höchstens 1—2 vor, wiederholt auch gar keine. Ebenso während der 20 Jahre kein Unfall von irgendwelcher Bedeutung.

Damit hoffen wir den Leser auf die Schrift selbst begierig gemacht zu haben, die Aerzten, Eltern und Erziehern viel Wichtiges bietet und zu Nachdenken und Versuchen anregt.

Dr. R.

Dr. Eulenberg und weil. Dr. Bach: Schulgesundheitslehre. 2. Auflage. Berlin 1900. J. J. Heine. 1388 S. 28 Mark.

Welch gewaltigen Umfang die Wissenschaft der praktisch so belangvollen Schulgesundheitslehre angenommen hat, lehrt obiges Werk, welches das Schulhaus und das Unterrichtswesen vom sanitarischen Standpunkte aus allseitig behandelt. Es ist für Aerzte, Lehrer, Verwaltungsbeamte und Architekten bestimmt und bietet unter Benützung der großen Litteratur des Gegenstandes eine für die angewandten Gesundheitslehren in der täglichen Praxis des Schullebens sehr reichhaltige Quelle. Sowohl das Schulhaus als auch das Schulkind und das gesamte Unterrichtswesen sind einläßlich berücksichtigt worden unter selbstverständlicher Heranziehung aller neuerer Errungenschaften der Schulgesundheitspflege, wie Schulbrausebäder, Tummelplätze für Jugendspiele, Einrichtungen für Schwimmen, Schulbaracken, Schulgärten. Den sog. Schulkrankheiten ist ein großes Kapitel gewidmet. Bei den ansteckenden, durch den Schulbesuch häufig verschleppbaren Krankheiten werden auch die Desinfektionsverfahren für Kranke, Effekten und Krankenzimmer, in welchen der betreffende Schüler war, geschildert (das neueste mittelst Formalindämpfen). Sogar die Schutzpockenimpfung und die Impftechnik sind beschrieben, was wir für ein Handbuch der Schulgesundheitslehre zwar als ziemlich überflüssig ansehen. Die sanitätspolizeilich allerdings überaus wichtige Maßregel wird ja doch nur von Aerzten ausgeführt; diese brauchen sich ihre Instruktion darüber aber nicht aus einem Buch über Schulgesundheitslehre zu holen. Ueberhaupt finden wir, daß bei dem großen Abschnitt der Schülererkrankungen — auch die Zahnleiden sind abgehandelt — (von Seite 849 bis 1130) hie und da allzu tief in die eigentliche Medizin hineingegriffen worden ist, was den Umfang des Buches ungebührlich vermehrte.

Vom praktischen Standpunkte sehr zu begrüßen ist die Besprechung der Behandlung der „schwachbegabten und schwachsinnigen Schüler" in den Volksschulen mittelst Spezialunterricht. Der Forderung der Errichtung von besonderen Schulen oder Klassen für Schwachsinnige muß man sich voll und ganz anschließen und sie überall zur Geltung bringen, nur müssen sie eine geringere Schülerzahl, weniger Unterrichtszeit und namentlich herabgesetzte Lehrziele haben. — Ein interessantes, aber düsteres Kapitel ist dasjenige der Schülerselbstmorde. Als allertraurigste Beziehung derselben zur Schule bezeichnet der Verfasser diejenige, welche sich aus der Furcht vor Schulstrafe als Selbstmordmotiv ergiebt. Daran schließt sich naturgemäß die Besprechung des Wertes oder Unwertes der Schulstrafen, wobei aber auch die Einflüsse des Elternhauses geltend gemacht werden. (Verhütung von Reizungen des kindlichen Nervensystems, z. B. durch frühes Tabakrauchen und Trinken von alkoholischen Genußmitteln, Verbot der Kneipverbindungen der Schüler!) — Den leider gerade unter der Schülerwelt nicht allzu seltenen geschlechtlichen

Digitized by Google

zum Monatsschluß. Die namentlich im Osten des Landes ziemlich häufigen Niederschläge fielen meist als Schnee. Die Gesamtmenge derselben überschritt allerdings nur in einem Teil der Ostschweiz den normalen Betrag und blieb stellenweise nicht unbeträchtlich hinter demselben zurück. Die mittlere Bewölkung war meist beträchtlicher als die normale und dementsprechend die Sonnenscheindauer namentlich in der Nordschweiz erheblich geringer als die mittlere.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Haushaltungslehrerinnen-Seminare.

An der Haushaltungsschule in Bern wird im August der 4. Jahreskurs zur Ausbildung von Haushaltungslehrerinnen beginnen. Die Schule hat schon viel Gutes für die Volksgesundheit geleistet. Die aus ihr hervorgegangenen Lehrerinnen wirken im Lande herum und helfen durch Abhaltung von Kochkursen und durch Leitung von Haushaltungsschulen erfolgreich mit zur Hebung der Volksernährung. Immer mehr gewinnt der Gedanke die Oberhand, daß hauswirtschaftlicher Unterricht an den Mädchenschulen gerade so wichtig sei wie der Handarbeitsunterricht. Deshalb geben immer zahlreichere Schulen Haushaltungskurse; stets größer wird das Bedürfnis nach tüchtig vorgebildeten Lehrkräften für dieses Fach. Bereits existieren in mehreren Kantonen (z. B. Bern, Zürich) Haushaltungsschulen (Seminare) für Ausbildung von Lehrerinnen in der für Familien und Volk praktisch so nützlichen Hauswirtschaftslehre mit Kochkunde. Die Berner Schule hat einen Vorteil vor allen ähnlichen Anstalten voraus: die angehenden Lehrerinnen haben dort Gelegenheit, an der mit dem Seminar verbundenen Dienstbotenschule ihr Lehrtalent zu erproben und zu entwickeln. Bedingungen zur Aufnahme in dasselbe sind: zurückgelegtes 18. Altersjahr, Sekundarschulbildung und hauswirtschaftliche Vorkenntnisse.

Neue Litteratur über Kindergesundheitspflege.

J. Hürlimann, Arzt. **Zwanzig Jahre im Dienste der Kinderpflege und Kindererziehung.** Eine populäre Skizze, Eltern, Erziehern und Kollegen gewidmet. I. Teil, 70 S. Zug 1900, Buchdruckerei J. Kündig.

Der Verfasser hat ein großes, wohlbekanntes und gut besuchtes Privatsanatorium für Kinder in Unterägeri, ist Arzt der Zürcher Heilstätte für skrophulöse und rhachitische Kinder daselbst, sowie des großen Töchterinstitutes Menzingen, dabei kantonal-zugerischer Erziehungsrat und Schulvisitator.

Ein reiches und vielseitiges Arbeitsfeld ist es, von dem uns der Verfasser in seinem Büchlein Rechenschaft gibt. Seine Anstalten sind sehr günstig gelegen, vor Nord- und Ostwind geschützt uud auch im Winter sehr lange von der Sonne beschienen, was ausgiebigen Genuß der freien Luft gestattet. Die Höhenlage der Gegend — 700—900 Meter — sagt zarten, erholungsbedürftigen Kindern sehr gut zu. Sie nehmen an Körpergewicht und Kräften zu, Asthma verliert sich hier und wird bei den dortigen Bewohnern überhaupt nicht beobachtet.

Der Verfasser schildert nun seine Behandlungsweise, die ausgiebig diätetisch, hygienisch und pädagogisch ist und der Apotheke nicht viel Spielraum läßt. Der Alkohol ist gänzlich verbannt. Der Verfasser durchgeht die Hauptgruppen der Krankheiten, die ihm seine jungen Pfleglinge zuführen: Mangelhafte Körperentwicklung, Rekonvaleszenten nach akuten Erkrankungen der Brustorgane, chronische Leiden derselben, Skrophulose und Rhachitis, Magen- und Darmkrankheiten, Nervöse und Blutarme, psychisch Abnorme, und teilt seine aus reicher Erfahrung geschöpften Behandlungs-Grundsätze mit.

Dann folgen die in der Anstalt aufgetretenen Krankheiten. Unter 3114 Kindern kamen

Digitized by Google

21 Fälle von infektiösen Krankheiten vor: Masern, Scharlach, Diphtherie, Varizellen und Keuchhusten. Sie verteilen sich auf 20 Jahre. Unter den nicht ansteckenden Gesundheitsstörungen waren von 1880—1892 Diarrhoen häufiger. Seit diesem Jahr erhalten die Pfleglinge grundsätzlich keine ungekochten Nahrungsmittel, namentlich auch keine ungesottene Butter mehr, dafür aber gekochte Früchte, Beeren und Fruchtsäfte. Dadurch wurden die Hausdiarrhoen namentlich zur Sommerszeit auf ein Minimum herabgesetzt. Von anderen Erkrankungen kamen jährlich höchstens 1—2 vor, wiederholt auch gar keine. Ebenso während der 20 Jahre kein Unfall von irgendwelcher Bedeutung.

Damit hoffen wir den Leser auf die Schrift selbst begierig gemacht zu haben, die Aerzten, Eltern und Erziehern viel Wichtiges bietet und zu Nachdenken und Versuchen anregt.

Dr. R.

Dr. Eulenberg und weil. Dr. Bach: Schulgesundheitslehre. 2. Auflage. Berlin 1900. J. J. Heine. 1388 S. 28 Mark.

Welch gewaltigen Umfang die Wissenschaft der praktisch so belangvollen Schulgesundheitslehre angenommen hat, lehrt obiges Werk, welches das Schulhaus und das Unterrichtswesen vom sanitarischen Standpunkte aus allseitig behandelt. Es ist für Aerzte, Lehrer, Verwaltungsbeamte und Architekten bestimmt und bietet unter Benützung der großen Litteratur des Gegenstandes eine für die angewandten Gesundheitslehren in der täglichen Praxis des Schullebens sehr reichhaltige Quelle. Sowohl das Schulhaus als auch das Schulkind und das gesamte Unterrichtswesen sind einläßlich berücksichtigt worden unter selbstverständlicher Heranziehung aller neuerer Errungenschaften der Schulgesundheitspflege, wie Schulbrausebäder, Tummelplätze für Jugendspiele, Einrichtungen für Schwimmen, Schulbaracken, Schulgärten. Den sog. Schulkrankheiten ist ein großes Kapitel gewidmet. Bei den ansteckenden, durch den Schulbesuch häufig verschleppbaren Krankheiten werden auch die Desinfektionsverfahren für Kranke, Effekten und Krankenzimmer, in welchen der betreffende Schüler war, geschildert (das neueste mittelst Formalindämpfen). Sogar die Schutzpockenimpfung und die Impftechnik sind beschrieben, was wir für ein Handbuch der Schulgesundheitslehre zwar als ziemlich überflüssig ansehen. Die sanitätspolizeilich allerdings überaus wichtige Maßregel wird ja doch nur von Aerzten ausgeführt; diese brauchen sich ihre Instruktion darüber aber nicht aus einem Buch über Schulgesundheitslehre zu holen. Ueberhaupt finden wir, daß bei dem großen Abschnitt der Schülererkrankungen — auch die Zahnleiden sind abgehandelt — (von Seite 849 bis 1130) hie und da allzu tief in die eigentliche Medizin hineingegriffen worden ist, was den Umfang des Buches ungebührlich vermehrte.

Vom praktischen Standpunkte sehr zu begrüßen ist die Besprechung der Behandlung der „schwachbegabten und schwachsinnigen Schüler" in den Volksschulen mittelst Spezialunterricht. Der Forderung der Errichtung von besonderen Schulen oder Klassen für Schwachsinnige muß man sich voll und ganz anschließen und sie überall zur Geltung bringen, nur müssen sie eine geringere Schülerzahl, weniger Unterrichtszeit und namentlich herabgesetzte Lehrziele haben. — Ein interessantes, aber düsteres Kapitel ist dasjenige der Schülerselbstmorde. Als allertraurigste Beziehung derselben zur Schule bezeichnet der Verfasser diejenige, welche sich aus der Furcht vor Schulstrafe als Selbstmordmotiv ergiebt. Daran schließt sich naturgemäß die Besprechung des Wertes oder Unwertes der Schulstrafen, wobei aber auch die Einflüsse des Elternhauses geltend gemacht werden. (Verhütung von Reizungen des kindlichen Nervensystems, z. B. durch frühes Tabakrauchen und Trinken von alkoholischen Genußmitteln, Verbot der Kneipverbindungen der Schüler!) — Den leider gerade unter der Schülerwelt nicht allzu seltenen geschlechtlichen

Digitized by Google

Verirrungen (besonders Masturbation) sind 11 Seiten gewidmet. — Im Abschnitt betreffend Hygiene der Sprache wurden die mit Recht an immer mehr Orten eingeführten Heilkurse für stotternde Schulkinder nicht vergessen. — Das XV. Kapitel erörtert die in größerer Zahl bei Schülern vorkommenden, praktisch deshalb recht wichtigen Krankheiten der Haut und der Haare, weil sich darunter auch übertragbare befinden (Flechtenarten, Läusesucht). Als Erfolg der Schulbäder ist anzuführen, daß durch deren Gebrauch z. B. die Häufigkeit der Kopfschmarotzer bei den Schulkindern entschieden abgenommen hat. Die allgemeine Einführung der Badegelegenheit in den Schulhäusern während des ganzen Jahres ist überaus empfehlenswert.

Ein Kapitel wurde auch der gegenwärtig überall im Vordergrunde des Interesses stehenden ärztlichen Schulaufsicht (der Schularztfrage) gewidmet. Der Verfasser führt an, daß in der Schweiz die Instruktion für Schulärzte in Lausanne für die anderen Kantone vorbildlich geworden sei. — Den Schluß des umfangreichen Werkes bildet der lange Abschnitt von der Hygiene des Unterrichtes, den sowohl in körperlicher als in geistiger Beziehung gemäß der Gesundheitslehre einzurichtenden Lehrmethoden und Lehrprogrammen. Hier gelangt besonders auch die Ueberbürdung, geistige Ueberanstrengung zur Erörterung, die namentlich für die Mittelschulen in Frage kommt. Gewissermaßen als Schlußstein des ganzen großen Gebäudes der Schulgesundheitslehre kommt das Turnwesen, hauptsächlich als deutsches Schulturnen betrachtet, zur Abwandlung. Man muß sich der Schlußforderung des Verfassers voll und ganz anschließen, daß auch in allen ländlichen Volksschulen ein regel- und planmäßiger Turnunterricht stattfinde und zwar nicht nur im Sommer auf einem freien Platze, sondern auch während des Winters in einem gedeckten Raume (besondere Turnhalle). Wo etwa der einzige Lehrer eines Ortes nicht zur Erteilung des Unterrichts qualifiziert sei, da möge man eine geeignete Kraft aus dem „Turnverein" engagieren. (Wo aber auch kein Turnverein existiert? was dann?) Daß nicht bloß in Deutschland in Sachen des Schulturnwesens noch viel zu thun übrig bleibt, wie die Verfasser betonen, sondern auch bei uns, weiß jeder, der die ländlichen Verhältnisse kennt.

C.

Aug. Girsberger
vorm. **Jules Brosy**
24 Oberdorf **ZÜRICH** Telephon 1562
Krankenfahrstühle
Krankenstühle
Nachtstühle 1432
Krankentische
Bettrückenlehnen etc.

Weggis
Vierwaldstättersee
Schönster Frühlingsaufenthalt, geschützte milde Lage
Hôtel-Pension Löwen am See
Modern eingerichtet. Mässige Preise. Prospekte u. Beschreibung von Weggis gerne zu Diensten. 1581
Fr. Dolder jr., Propr.

Luftkurort Aeschi-Ried überm Thunersee
Pension Schönbühl bestens empfohlen. Ruhige, staubfreie Lage mit prachtvoller Rundsicht auf See und Alpen. Schönster Punkt in Aeschi. 1000 Meter über Meer. Telephon. Zimmer mit Pension von Fr. 4.50 an. Postbureau Aeschi, Bahnstat. Spiez. Vom 15. Mai an geöffnet. Höflichst empfiehlt sich der Eigentümer: 1903 **G. von Känel-Thönen.**

Arzt auf dem Lande
nimmt in sein Privathaus (in gesunder, ruhiger Lage mit schattig. Garten und idyllischer waldreicher Umgebung) Nervenleidende und chronisch Kranke in beschränkter Zahl auf. **Alkohol- und Morphium - Entziehungskuren.** (Letztere nach bewährt. Meth. ohne Qualen).
Offerten unter Chiffre *Zag. E. 67* an *Rudolf Mosse, Bern.* 1138

Digitized by Google

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung
natürlicher Jodbäder im Hause.
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

Privat-Heilanstalt
„Friedheim"
Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl, Spezialarzt,
nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8 G

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten **ärztl. Autoritäten** das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**
Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

Lugano
Hôtel St. Gotthard und Terminus
Nahe beim Bahnhof und der Drahtseilbahn
Das ganze Jahr offen.

Prachtvolle Lage mit unbeschränkter Rundsicht.
Grosser Garten. Zu längerem Aufenthalt bestens empfohlen.
Ausgezeichnete Küche.
Mässige Passantenpreise. Pension von Fr. 6.— an.
1392 Portier an allen Zügen.
J. Landry-Staehlin, Neuer Besitzer.

Gummiwarenfabrik
H. Specker's Ww.
16 G **Zürich.**
Augen- und Nasen-Douchen, Sonden. Eisbeutel, Unterlagstoffe, Irrigateur, Spritzen aller Art, Urinal etc. **Anfertigung nach Zeichnungen und Angaben.** Operationsschürzen u. Gipsröcke.

GALACTINA

Milchmehl „Galactina"
Unübertroffen, leicht verdaulich und von höchstem Nährstoffgehalt. Bester Ersatz der Muttermilch. Aerztlich empfohlenes Nahrungsmittel für Kinder u. Magenleidende jed. Alters. Ausgezeichnete Zeugnisse von hervorragenden Aerzten u. Lebensmittelchemikern. **Höchste Auszeichnungen:** 5 Ehrendiplome, 12 grands prix, 21 gold. Medaill. **Neunzehnjähr. Erfolg.**
Ueberall erhältlich in Apotheken. Droguerien und Spezerei-Handlungen. 1092
Schweiz. Kindermehl-Fabrik
Lüthi, Zingg & Cie., BERN

Wie erhält man seinen Magen gesund?
Eine Hygiene des Magens
Von Dr. H. Loetscher, Zürich
Preis: 80 Cts.

Ein vortreffliches Buch, aus reicher Erfahrung entstanden, für Gesunde und Kranke sehr wertvoll. 5843
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Arosa ✻ Alpenluftkurort
Graubünden — Schweiz
Hotel- „Seehof" Pension
1740 Meter über Meer. ◆ Gegründet 1878
Grosse Zimmer mit komfortabler Einrichtung. Sonnig und geschützt gelegen in unmittelbarer Nähe des Waldes. Herrliche Aussicht aufs Gebirge. Vorzügliche Verpflegung. Pensionspreis incl. Zimmer Fr. 7—10. Elektrische Beleuchtung. Offen vom 1. Juni bis 1. Okt. Im September ermässigte Preise. Prospekte gratis und postfrei. 1902 **Gebr. Wieland,** Besitzer.

Nachtstühle
gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl.
Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5 G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation

Ceylon-Thee,
sehr fein schmeckend kräftig, ergiebig und haltbar
Originalpackung

	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee,
beste Qualität
Souchong Fr. 4.— per ½ kg
Kongou „ 4.— „
Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.
Carl Osswald, Winterthur.
Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter nachzusehen. 89 G

Wasserheilanstalt Brestenberg
Station Boniswyl-Seengen. — Am Hallwylersee, Kt. Aargau. 14 G
Das ganze Jahr geöffnet.
Kurarzt: **Dr. A. W. Münch.** Eigentümer: **M. Erismann.**

Digitized by Google

Soolbad Rheinfelden ★

Hôtel **‚Schützen'** mit Dépendance ist eröffnet.

12 G Kohlensaure Bäder. — Elektrische Beleuchtung.

Prospektus gratis. **F. Kottmann,** Propr.

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Kurhaus Elm

Telephon.

Kanton Glarus, Schweiz.

1000 m ü. M. 17 G

Nächste Bahnstation **Schwanden.** 3 Posten täglich.

Saison Mai — Ende September.

St. Martinsquelle: Erdiger Eisensäuerling. Durchaus modernst eingerichtete Sommerstation mit Alpenklima. Wundervolle, geschützte, sonnige Lage; staubfreie Hochgebirgsluft. Prächtige Parkanlagen. **Luft-, Bad- und Trinkkuren. Juni und September ermässigte Preise.**

Illustrierte Prospekte u. Auskunft prompt und kostenfrei durch den Geranten **E. Tony, Kurhaus Elm.**

KERNS Kinderheim KERNS

Obwalden Obwalden

Erholungsstation für schwächliche, nervöse und rekonvalescente Kinder

Im Frühling und Herbst Ferienkolonien

Aeusserst geschützte Lage; ausgedehnte Tannenwaldungen; kräftige Ernährung. Anwendung hydriatischer Proceduren nach Winternitz; Massage; Elektrizität. Hydro-elektrische Bäder (System Emil Wild, Zürich). Best eingerichtete Lokalitäten. Elektrisches Licht. Telephon. Nähere Auskunft erteilen bereitwilligst **Frau Dr. Berchtold-Bucher**

7 G **G. Deschwanden,** prakt. Arzt

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.

Glänzende Heilerfolge!

In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch

Passugger Heilquellen Passugg u. Dépôts.

Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eicheiberg,** Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger

Fleischbrühe

— **nicht** entfettet —

für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster

Kraftbrühe

— entfettet, extra stark —

für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Dr. Lahmann's

Nährsalz-Cacao
Nährsalz-Chocolade
Nährsalz-Haferbiscuits
Nährsalz-Extrakt
Pflanzenmilch
Japan-Soya
für Wiederverkäufer Fabrikpreise
ferner diverse
Hafer-Cacao's
Chocoladen-Pulver
Milch-Chocolade
Fleisch-Pepton
Fleisch-Extrakte
Tropon
Tropon-Chocolade
Tropon-Zwieback
(auch für Zuckerkranke)
empfiehlt bestens 15 G

C. Eggerling, Zürich

Delikatessen u. Kolonialwaren
Münstergasse 7.
Telephon.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Zürich, den 15. Mai 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 9

Schweizerische Blätter
für
Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Ergebung. — Die hohe Bedeutung der Schweiz. Kranken-, Unfall- und Militärversicherung, laut Bundesgesetz vom 5. Okt. 1899. — Die erste Hülfe bei plötzlichen Unglücksfällen nach dem Bundesgesetz für Kranken- und Unfallversicherung. — Gesundheitszustand im Monat März 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats März 1900 in Zürich Verstorbenen. — Neue Litteratur über schweizerische Kurorte und Bäder. — Inserate.

Ergebung.

Ergebung und Genügsamkeit sind es vor allem, die sicher durch das Leben führen. Wer nicht Festigkeit genug hat, zu entbehren und selbst zu leiden, kann sich nie vor schmerzlichen Empfindungen sicher stellen.

Ergebung in das, was geschehen kann, Hoffnung und Vertrauen, daß nur dasjenige geschehen wird, was heilsam und gut ist, und Standhaftigkeit, wenn etwas Widerwärtiges eintrifft, ist Alles, was man dem Schicksale entgegenstellen kann.

Wilh. von Humboldt.

Die hohe Bedeutung der Schweizerischen Kranken-, Unfall- und Militärversicherung, laut Bundesgesetz vom 5. Oktober 1899.

Ein Mahnwort für die Abstimmung.

(Schluß.)

Was leistet nun die obligatorische Versicherung der unselbständig Erwerbenden sowohl gegen Krankheit als Unfall?

Wir haben schon darauf hingewiesen, in welch großem Umfang die Wohlthat der Assekuranz gegen die vielen Schädigungen durch Erkrankungen und Körperletzungen dem Schweizervolke zu teil würde. Zirka ein Fünftel desselben würde ihres Genusses teilhaftig. **Die obligatorische Krankenversicherung**, an deren Kosten Bund, Arbeitgeber und Arbeiter einträchtig beitragen, jeder zu seinem Teil, sichert einem Mitgliede der jeweiligen Krankenkasse unentgeltliche ärztliche Pflege, sei es zu Hause, sei es in einem Spital oder in einer Kuranstalt. Darin sind alle Heilfaktoren inbegriffen. Für die nämliche Krankheit dauert diese Fürsorge vom ersten Tage an ein ganzes Jahr hindurch. Dies ist besonders für lang-

Digitized by Google

wierige sog. chronische Fälle (Schwindsucht z. B.) sehr segensreich. Kann der Kranke infolge seines Uebels nichts verdienen, so bekommt er vom dritten Tage der Erkrankung an täglich eine Geldunterstützung, ein sog. Krankengeld. Dies beträgt für gewöhnliche Verhältnisse $^3/_5$ seines Lohnes, ebenfalls für ein Jahr, und zwar für Werktag wie Sonntag. Im Falle gänzlicher Hülflosigkeit und bei gleichzeitigem Notbedarf, also besonders für Verheiratete, bei sehr drückender Armut, großem Familienstand, Kinderreichtum ꝛc. kann das Krankengeld für bestimmte oder unbestimmte Zeit bis auf den ganzen in Wegfall kommenden Tagesverdienst erhöht werden, eine sehr fürsorgliche Erweiterung der gewöhnlichen Leistung der Krankenkasse, für welche gewiß recht oft das Bedürfnis sich zeigen wird. Die Höhe des Krankengeldes wird nach der Größe des Lohnes eines Versicherten abgestuft und sind im Gesetz hiefür 10 Lohnklassen aufgestellt. Die tägliche Geldunterstützung des Kranken kann von 60 Rappen bis 1 Franken in der 1. Klasse, bis auf $4^1/_2$ resp. $7^1/_2$ Frs. in der 10. steigen. Ueberdies ist die Bundesversammlung befugt, den Betrag des gewöhnlichen täglichen Krankengeldes von $^3/_5$ allgemein auf $^2/_3$ des in Betracht fallenden Tagesverdienstes zu erhöhen. Das wird natürlich vom Stande der Bundesfinanzen abhängen. Stirbt ein Versicherter, so wird ein Sterbegeld von 20—40 Frs. ausgehändigt, auch in den Orten, wo die unentgeltliche Bestattung existiert. Für bedürftige Wöchnerinnen wird besonders gesorgt durch das Wöchnerinnengeld (mäßiger Ersatz der Kosten für den geburtshilflichen Beistand und nach Maßgabe der Mitgliedschaft bei einer Krankenkasse überdies noch ein tägliches Krankengeld von der Niederkunft höchstens sechs Wochen lang.) Es ist diese vermehrte Wöchnerinnenfürsorge eine schöne Ergänzung des schon im Fabrikgesetz eingeführten Wöchnerinnenschutzes, der sich ja auch als ungemein segensvoll erwiesen hat.

Eine Kritik der projektierten eidgenössischen Krankenversicherung im Vergleich zu dem bis jetzt bestehenden Krankenversicherungswesen, das ja in unserem Lande in sehr anerkennenswerter Weise bereits auf dem Wege der freiwilligen Assoziation (im ganzen existieren in der Schweiz etwa 900 freiwillige Krankenkassen, zum Teil mit Konkordatsverbänden, Freizügigkeit) gearbeitet hat, ergibt mannigfaltige Fortschritte durch das Bundesgesetz. Ein gesetzlicher Zwang, ein Versicherungs-Obligatorium für alle unselbständig erwerbenden Personen des männlichen und weiblichen Geschlechtes über 14 Jahren wird durch die Pflicht, sich gegen die wirtschaftlichen Folgen von Unfall und Krankheit zu assekurieren, die Wohlthat dieser Einrichtung auf eine Menge von Individuen und ganze Bevölkerungsgruppen ausdehnen, welche bis jetzt derselben entbehrten, großenteils infolge von menschlichen Schwächen wie Gleichgültigkeit, Kurzsichtigkeit Vorurteile und Leichtsinn. In der Industrie wie in der Landwirtschaft, im Verkehrswesen, und in den mannigfaltigsten Dienstverhältnissen überhaupt wird die geplante erweiterte Personenversicherung gegen die so zahlreichen Einbußen an Gesundheit, Geld und Leben durch Krankheit — man denke nur an die häufigen Influenzaepidemien — bedeutend mehr leisten als die bisherigen mangelhaften Zustände und hunderttausende von Bedürftigen heranziehen, die bis jetzt unversichert draußen standen. Unzählige Familien würden den Segen der Versicherungspflicht ihres Ernährers erfahren. Die Neuordnung der Dinge im Krankenkassenwesen müßte auch für eine Menge von Leuten eine bessere Krankenpflege ermöglichen, als es bisher geschehen. Die Versicherten werden, um den Nutzen ihrer Assekuranz, für welche sie in gesunden Tagen mitbezahlten, zu genießen, früher zu ärztlicher Hilfe greifen, denn sie wird sie nichts mehr kosten; auch die Arzneien bekommen sie ohne Entgelt, sowie andere Heilmittel. Die Krankenkasse beschafft die zur Kur dienlichen Gegenstände, sie trägt auch die notwendigen Kosten für Transport und Reise eines Patienten nach Hause oder in ein Krankenhaus. Gebricht es

Digitized by Google

dem Erkrankten an der nötigen Wartung in seiner oft sehr primitiven Wohnung, so kann ihm die Kasse solche auf ihre Kosten verordnen. Anstatt der häuslichen, nicht selten überaus mangelhaften Verpflegung, darf die Krankenkasse, in der Regel aber nur mit Zustimmung des Leidenden oder seiner Angehörigen, dessen Verbringung in eine Heilanstalt kostenlos anordnen. Dies ist besonders wichtig für Personen mit ansteckenden Krankheiten, wie z. B. Typhus, der sich ja oft monatelang hinzieht. Wo das Gesundheitsinteresse des Kranken oder Genesenden es erheischt, ist der Aufenthalt in einer Kuranstalt oder an einem Kurort auf Kassenkosten gesetzlich erlaubt. Das wird z. B. für Lungenkranke in den immer zahlreicheren Spezial-Sanatorien und für Rekonvaleszenten in Erholungshäusern, deren Ziffer bei uns bis jetzt noch zu klein ist, von großer Bedeutung sein.

Ein nicht zu unterschätzender Fortschritt für die Krankenpflege in unseren Gebirgskantonen wird durch die Gesetzesbestimmung ermöglicht werden, daß der Bund in denjenigen Gegenden, in welchen infolge besonderer Verhältnisse die ärztliche Behandlung, die Beschaffung der Arzneimittel inbegriffen, ausnahmsweise großen Schwierigkeiten begegnet, an die Mehrkosten angemessene Beiträge bezahle (sog. Gebirgszulage). Ebenso ist die Bundesversammlung befugt, für die der Landwirtschaft, dem Handwerk und Kleingewerbe angehörenden obligatorischen Mitglieder einen Extrabeitrag von einem Rappen für jeden Tag der Mitgliedschaft auszusetzen. Es wäre dies der sog. Bauernrappen, in Ergänzung des täglichen Bundesrappen, der schon für die gewöhnlichen Verhältnisse den Krankenkassen pro Tag und Mitglied ausbezahlt wird. Diese in Aussicht genommene Extraentschädigung des Bundes sollte namentlich auch die Bauern dem Bundesgesetze freundlich stimmen, während sie leider in so großer Anzahl der eidgenössischen Versicherung gegenüber eine unfreundliche und ablehnende Stellung einnehmen.

Bezüglich der Unfallversicherung, wie sie das Bundesgesetz ordnen würde, stehen ebenfalls namhafte Verbesserungen und Fortschritte im Vergleich zu den bisherigen Zuständen in Aussicht. Die eidgenössische Unfallversicherungsanstalt mit Sitz in Luzern ermöglicht eine gute Zentralisation der verantwortungsvollen Aufgabe. Die Anstalt, deren Einrichtung und Verwaltung aus Bundesmitteln bestritten werden, kann sich mit bundesrätlicher Bewilligung an Gründung und Betrieb von Apotheken, von Heil- oder Kuranstalten beteiligen (wir denken hier an Unfallspitäler, wie sie z. B. in Deutschland bereits bestehen), sowie Heilmittel, orthopädische Gegenstände und Krankenmobilien anschaffen. Dadurch wird die noch größere Verbreitung der sehr nützlichen Magazine für Krankenpflegsutensilien zu mietweiser Benützung durch Unbemittelte in unserem Lande gefördert werden. Ueberdies leistet der Bund angemessene Beiträge zur Förderung der Bestrebungen für rasche Hilfe bei Unglücksfällen (Samariterwesen) sowie für Sammlungen und Untersuchungen auf dem Gebiete des Unfallverhütungswesens. Der Inhaber jedes Betriebes, in dem ein oder mehrere Versicherte arbeiten, ist auch gesetzlich verpflichtet, die zur Verhütung von Unfällen nötigen Vorrichtungen anzubringen. Gerade die Vorbeugung spielt auf dem Gebiete von Krankheiten und Verletzungen eine überaus wichtige Rolle und es ist sehr verdienstlich, daß der Gesetzgeber diesen weisen Standpunkt im Bundesgesetz gebührend berücksichtigt hat. An die Nettoprämie für die obligatorische Unfallversicherung, welche nach dem gerechten und billigen Grundsatz der Lohnhöhe und Unfallgefahr — hiefür wird ein besonderer Gefahrentarif aufgestellt — abgestuft wird, bezahlt die Bundeskasse $^1/_5$, der Arbeiter ebensoviel und der Arbeitgeber den Rest, also $^3/_5$.

Ein sehr wesentlicher Fortschritt der schweizerischen obligatorischen Unfallversicherung ist die Ausdehnung auch auf die nicht bei der Arbeit, beim Betrieb geschehenen Körperschädigungen durch Verletzung. Ob also ein Arbeiter an einer Maschine in der Fabrik ꝛc. oder an einem

Digitized by Google

Sonntag beim Velofahren oder Bergsteigen verunglücken würde, das bliebe sich in Zukunft gleich; er würde in beiden Fällen entschädigt. Es ist dies ein namhafter Vorzug gegenüber der bisherigen Versicherungsweise durch die Haftpflichtgesetzgebung. Auf die übrigen Fortschritte der projektierten verallgemeinerten eidgenössischen Unfallassekuranz gegenüber den bisherigen Versicherungen der Arbeiterklassen in gefährdeten Betrieben, wie sie wegen der Haftpflicht des Arbeitgebers bei den privaten oder gewerblichen Gesellschaften und Kassen geschah, kann hier, mangels an Raum nicht näher eingetreten werden. Die Entschädigungen an die Verletzten oder ihre Hinterlassenen nach dem System der regelmäßigen Rentenauszahlung, wie sie es das Bundesgesetz ordnet, bietet bedeutende Vorzüge auch in ökonomischer Hinsicht, namentlich für schwere Fälle mit tötlichem Ausgang.

Der Militärversicherung, welche den dritten Teil der umfassenden Gesetzesvorlage bildet, dürfte wohl schon deshalb kein stimmberechtigter Bürger Opposition machen, weil sie ganz zu Lasten des Bundes fällt. Trotzdem läuft sie aber große Gefahr, in gegenwärtiger Form vereitelt zu werden, weil wegen Abneigung so Vieler gegen die anderen zwei Versicherungsarten auch sie mit zu Falle kommt.

Das Versicherungsgesetz sollte mit 1. Januar 1903 in Kraft treten. Ob es nicht eine Totgeburt werden wird, dies kann erst das zweischneidige Schwert der Volksabstimmung entscheiden, nachdem sie durch das Referendum, die Reblaus der Demokratie, wie Carteret es nannte, auch für diese heikle Materie verlangt worden ist. Möge der auf seine politischen Rechte stolze, seiner verantwortlichen Pflichten gegenüber der res publica, dem Nationalnutzen aber auch eingedenk sein sollende Schweizerbürger am nächsten Sonntag bei seiner Stimmabgabe folgende Erwägungen beherzigen, die wir am Schlusse eines Referates der betreffenden Versammlung vorführten:

Eine heilige Sache ist der Unglückliche: res sacra miser! Zu den Unglücklichen gehören auch Kranke und Verletzte, sehr häufig, besonders in schweren Fällen, ebenfalls ihre Familien. Jenen die hilfreiche Hand zu guter und rascher Pflege zu bieten, ist ein schönes Werk der Barmherzigkeit. Ihr Evangelium, dasjenige des Samariters im Gleichnis, gilt für uns Alle, ob reich oder arm. Aber auch die Vorsorge, die Versicherung gegen Krankheit und Unfälle, wobei die Nutznießenden selber ihr Scherflein redlich und würdig beitragen, um sich das Recht des freien Mannes auf Hilfe in der Not zu erwerben, ist eine edle, humane Aufgabe. Ein Zwang, wo er nötig, erscheint auf diesem sozialen Gebiete wohl ebenso gerechtfertigt, vom Standpunkte der Moral wie des Nutzens, als der Zwang, Häuser und Mobilien gegen Feuersgefahr zu versichern oder die Reben gegen den Schädling des Mehlthaus zu bespritzen. Die Arbeiterversicherung gegenüber den gesundheitlichen und wirtschaftlichen Schäden durch Krankheit, Verletzung, Invalidität und Tod, sowie die materielle, wenigstens teilweise Sicherstellung bedürftiger Familien bei dem Unglück ihrer Ernährer in und außer dem Beruf ist in der Republik gewiß ein ebenso nötiges wie ersprießliches Stück weiser, fürsorglicher und gemeinnütziger Gesellschaftspolitik wie in der Monarchie, die ihr in solchem Wohlfahrtsbestreben rühmlich vorangegangen. Sie deckt sich mit den Geboten des Christentums, mit den Forderungen der Nächstenliebe.

Im Versicherungsgedanken und -Grundsatz, der durch die **Annahme** des Bundesgesetzes für bürgerliche wie militärische Kranken- und Unfallassekuranz im Schweizerlande in Kraft treten würde, liegt die Verwirklichung unserer vielgepriesenen, so oft aber vergessenen Solidarität, der moralischen Haftpflicht aller für einander, des gut eidgenössischen Gemeinsinns, der über Sonderinteressen, über persönlichen Eigennutz hinwegsieht und das große Ganze des ge-

Digitized by Google

sammten Volkes im Auge hat und im Herzen trägt. Möge am 20. Mai der opferbereite, stimmpflichtige Schweizerbürger, in dessen Hand und verantwortungsvollem Entscheid das Schicksal der hochwichtigen Vorlage ruht, den Ruf Winkelrieds vernehmen: „Sorget für mein Weib und meine Kinder!“ Möge das Schweizervolk durch Gutheißung des folgenreichen, ihm selber Ehre und Segen bringenden Gesetzes den Beweis dafür leisten, daß sein nationaler Wahlspruch keine bloße hohle Phrase der Festrednerbühne, sondern eine hehre Parole für das praktische Leben ist, der schöne Wahlspruch seiner in Kampf und Not so opferfreudigen Väter:

„Einer für Alle, Alle für Einen!“ C.

Die erste Hülfe bei plötzlichen Unglücksfällen nach dem Bundesgesetz für Kranken- und Unfallversicherung.

„Augenblickliche Hülfe ist doch immer das, was am meisten vermißt wird.“

In dem am 20. dies zur Volksabstimmung gelangenden Bundesgesetz betreffend Kranken- und Unfallversicherung heißt es auch: Der Bund leistet angemessene Beiträge zur Förderung der Bestrebungen für erste Hülfe bei Unglücksfällen (Samariterwesen).

Es sei gestattet, auf die Wichtigkeit solcher Bestrebungen für die Volksgesundheit kurz einzugehen und damit eine Begründung der obigen Gesetzesvorschrift zu geben.

Mit der Einsicht in das Wesen der Wundheilung, wie sie die medizinische Wissenschaft der letzten Jahrzehnte gezeitigt und wie sie in der antiseptischen und aseptischen Wundbehandlungsmethodik ihren praktischen Ausdruck gefunden hat, brach sich in den Kreisen von Aerzten und Laien die Ueberzeugung Bahn, daß es vor allem die erste Behandlung einer Wunde sei, welche für den Heilungsverlauf den Ausschlag gebe. Während vor noch nicht allzulanger Zeit in Fällen von Wunden mit Vorliebe staubige Spinnweben, Leim, schmutzige Nastücher, ja häufig noch viel unsauberere Dinge allgemein zum Verband verwendet wurden, fängt man doch im Volke an, den Nutzen größter Sauberkeit für jede Wundheilung und für die Vermeidung der gefürchteten Blutvergiftung einzusehen und danach zu handeln. Es sind namentlich die Samariterkurse, welche durch stete Betonung des Grundsatzes: „erste Bedingung für eine glatte Wundheilung ist peinliche Reinhaltung der Wunde“, das Verständnis hiefür angebahnt haben.

Nicht weniger wichtig als für die Wundheilung ist aber die erste Hülfe noch für eine ganze Reihe von andern Verletzungen, die in unserer maschinen- und verkehrsreichen Zeit zu alltäglichen Vorkommnissen geworden sind. Nehmen wir z. B. an, es habe ein Arbeiter im Wald einen Bruch des Unterschenkels erlitten und er müsse nun in seine weit entfernte Wohnung getragen oder geführt werden. Da ist es für die Heilung des Knochenbruches von größter Wichtigkeit, ob dieser Transport in vernünftiger Weise mit richtiger Unterstützung und Lagerung des gebrochenen Gliedes ausgeführt werde oder nicht. Im letztern Falle, d. h. bei unzweckmäßigem Transport, kommt es häufig vor, daß ein gebrochener Knochen mit seinem spitzigen Ende die bedeckenden Weichteile von innen nach außen durchbohrt und so aus einem „einfachen“ Bruch ein sogenannter „komplizierter“ wird, d. h. daß infolge unzweckmäßiger erster Hülfe aus einer relativ leichten Verletzung, die zu ihrer Heilung nur Ruhe und einige Wochen Zeit erfordert, eine schwere wird, welche vielleicht die Amputation des Gliedes erheischt oder sogar in nicht seltenen Fällen durch Blutvergiftung zum Tode führt.

Digitized by Google

Eine andere Art von Unfällen, für welche oftmals die Möglichkeit sofortiger Hülfeleistung über Leben oder Tod entscheidet, sind größere Blutungen. Ein ebenso lehrreiches als trauriges Beispiel dafür trug sich vor Jahren in den Bergen zu. Einer der tüchtigsten Grindelwalder Bergführer hatte sich während einer Jungfraubesteigung beim Oeffnen einer Weinflasche verletzt und sich dabei hinter dem Daumen eine größere Schlagader des Vorderarmes zerschnitten. Die Behandlung der geringfügigen Wunde und die Stillung der Blutung hätte für niemand irgend welche Schwierigkeit geboten, der von der ersten Hülfeleistung bei Blutung bescheidene Kenntnisse gehabt hätte, wie sie jeder Samariterunterricht vermittelt. Leider verfügte keiner der Gefährten des unglücklichen Führers hierüber und unter unzureichenden Hülfsversuchen starb nach mehrstündigem Bluten der kräftige Mann auf dem Jungfraufirn in den Armen seiner entsetzten Begleiter den Verblutungstod. Ein Fingerdruck am rechten Ort, ein gut angelegter Hosenträger, hätten mit Sicherheit sofort die Blutung gestillt und der Familie ihren Vater erhalten.

Solche aus dem Leben gegriffene Beispiele, welche auch dem nicht Sachkundigen klar machen, wie wertvoll es ist, daß in möglichst weiten Volkskreisen Kenntnisse über erste Hülfe bei Unglücksfällen verbreitet werden, haben zur Entstehung des Samariterwesens geführt. Der Samariterunterricht wird stets von Aerzten erteilt und bezweckt, Männer und Frauen zu befähigen, bei plötzlichen Unglücksfällen ihren Mitmenschen den ersten Beistand zu leisten, so lange bis ein Arzt zur Stelle ist. Der Samariter soll also nur so lange und zwar unentgeltlich, seine Hülfe leisten, bis ärztliche Hülfe erhältlich ist. Da die Kenntnisse der Samariter sehr rasch verfliegen, wenn sie nicht durch regelmäßige Uebung und Wiederholung wach erhalten würden, so haben sich Samaritervereine gebildet, denen obliegt, diese Uebungen zu organisieren und den Mitgliedern Verband- und Transportmaterial zur Verfügung zu stellen.

Für niemand, der das Samariterwesen kennt und dasselbe ohne Voreingenommenheit würdigt, unterliegt es einem Zweifel, daß es schon heutzutage für die Volksgesundheitspflege ein nicht zu unterschätzender, verbessernder Faktor ist und dies in Zukunft noch mehr werden wird. Es wirkt auf den allgemeinen Gesundheitszustand nach drei Richtungen.

Einmal direkt, durch Gewährung erster Hülfe für große Bevölkerungskreise und daherige Verringerung der Krankheitsdauer und Verminderung der vermeidbaren Todesfälle. Diese Thätigkeit der Samariter ist es vor allem, welche ihre Beliebtheit in der Bevölkerung begründet hat und die ihnen, in stets zunehmendem Maße, neue Scharen zuführt. Ueber den Umfang dieser Arbeit geben die Jahresberichte des schweiz. Samariterbundes Anhaltspunkte. Für das Jahre 1898 betrug die Zahl der gemeldeten Samariterhülfeleistungen 6150.

Nicht gering anzuschlagen ist aber auch der Umstand, daß die Samaritervereine durch Beschaffung und Gratisabgabe von saubern und rationellen Verbandstoffen, durch Bereitstellung von Krankenwagen und Tragbahren, durch Einrichtung von Krankenmobilienmagazinen, kurz durch Vermehrung und Verbesserung des Materials, welches die erste Hülfe und die Krankenpflege erfordert, beitragen zur Hebung und Erhaltung der Volksgesundheit.

Und schließlich sei auch noch der indirekte Einfluß der Samaritervereine erwähnt, den sie durch Aufklärung über Gesundheitsfragen und durch Verbreitung von Kenntnissen über die Verrichtungen des menschlichen Körpers in gesundem und krankem Zustand in weite Volkskreise hinaus ausüben. Die Erfahrung hat gezeigt, daß eher als durch populäre Schriften, auf diesem Wege das Interesse des Volkes zu gewinnen ist, und in der That stellt jeder ordentlich geleitete Samariterverein ein Zentrum geistiger Aufklärung dar, welches an der Hebung der Volkswohlfahrt mitbeteiligt ist.

Digitized by Google

Längst haben sich die anfänglichen Bedenken des Aerztestandes gegen das Samariterwesen, als eine Pflanzstätte des Kurpfuschertums, als unbegründet erwiesen. Gerne leiten viele Aerzte die Samaritervereine und erziehen deren Mitglieder zu tüchtigen Gehülfen des Arztes und zu verständigen Pionieren der Volksgesundheitslehre. Auch bei einigen privaten Unfallversicherungsgesellschaften finden die Bestrebungen der Samariter Anerkennung, die sich in jährlichen finanziellen Beiträgen zeigt.

Wenn wir endlich noch darauf hinweisen, daß in einem eventuellen Kriege, in den die Schweiz ja gar leicht verwickelt werden kann, der Samariter mannigfache und hochwichtige Aufgaben im Sanitätsdienst der Armee warten, so wird es ohne weiteres begreiflich sein und begrüßt werden, daß einer so vielseitig und segensreich wirkenden Institution auch im Versicherungsgesetz Beachtung geschenkt und Rechnung getragen ist.

Das Gesetz gibt keine nähere Auskunft, auf welche Weise die Beiträge für Förderung des Samariterwesens verwendet werden sollen, doch unterliegt es keinem Zweifel, daß einerseits die Abhaltung von Samariterkursen, d. h. die Personalausbildung unterstützt werden wird und andererseits Materialanschaffungen (Verbandmittel, Tragbahren, Krankenwagen, Krankenmobilienmagazine 2c.) ermöglicht werden sollen, welche den Samaritervereinen, die sich meist aus den unbemittelten Volksschichten rekrutieren, aus eigenen Mitteln nicht möglich sind.

Aus der trefflichen Schrift: „Zum eidg. Versicherungswerk (Supplement zum „Berner Korrespondenzblatt" der kantonalen bernerischen Krankenkasse).

Gesundheitszustand im Monat März 1900.

Das Ergebnis unserer Erhebungen über die Sterblichkeitsverhältnisse im März 1900 bildet eine fast exakte Fortsetzung der Zustände, wie wir sie in der vorangegangenen Berichtsperiode getroffen haben.

In den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz betrug die Sterblichkeit immer noch über 20 °/₀₀ (20,6 °/₀₀) und wenn auch eine geringe Abnahme gegenüber dem Februar eingetreten, so bleibt dieselbe trotzdem noch auf ungewohnter Höhe. Der Ueberschuß der Neugeborenen über die Gestorbenen beläuft sich auf 7,2 °/₀₀, welches verhältnismäßig sehr ungünstige Resultat eben so sehr der geringen Zahl der Geburten (27,2 °/₀₀) als der großen Zahl der Sterbefälle zu verrechnen ist.

Ganz ähnliche Verhältnisse bietet die Stadt Zürich. Dieselbe weist 303 Todesfälle auf und es bleibt somit nach Abzug der 18 Totgeborenen die Zahl 281 als Grundlage für die Berechnung des Sterblichkeitsquotienten. Derselbe beträgt 20,6 °/₀₀; also genau gleich viel wie derjenige in den 15 größten Ortschaften. Im Vergleich zum Monat Februar ist eine Verminderung um 0,8 °/₀₀ eingetreten, was aber nur als ein recht kleiner Trost taxiert werden kann bei diesem Hochstand der Sterblichkeit. Im März 1897 betrug z. B. die Sterblichkeit nur 14,7 °/₀₀, was damals als außergewöhnlich günstig bezeichnet werden konnte, während anderseits schon der Monat März 1898 wieder 20,1 °/₀₀ Sterbefälle zeigte.

Die für den letzten Monat Februar 1900 angegebenen Ursachen für die so hoch gestiegene Sterblichkeit haben ihre volle Gültigkeit auch in diesem Monat beibehalten. Seit wohl sechs Monaten dauert jetzt die gleiche, nasse, unfreundliche, stets wechselnde Witterung, an welcher das einzig beständige die Unbeständigkeit ist. Und besonders dieser verflossene März 1900 ist ein wahres Ungeheuer gewesen an Unfreundlichkeit; ist doch z. B. auch die Temperatur im Durchschnitt hinter derjenigen des Monats Januar zurückgeblieben. Dazu hatten wir in der Stadt Zürich Masern, Scharlach und zahllose Influenzaerkrankungen, welch' letztern im Verein

Digitized by Google

mit den oben geschilderten Witterungsverhältnissen besonders ältere Leute in großer Zahl zum Opfer fielen. Zur Illustration des Gesagten hebe ich nur folgende Zahlen aus der Monatstabelle her: 27 Personen sind an Influenza gestorben, fast ausnahmslos in Folge Komplikation mit Lungenentzündung; 13 Kinder, alle unter zwei Jahren, sind wieder Masern-Lungenentzündungen erlegen, obschon die Zahl der Erkrankungen an Masern bedeutend zurückgegangen zu sein scheint nach den bei uns eingegangenen Anmeldungen, welche von 325 im Februar auf 117 im März gefallen sind. Auch die Scharlacherkrankungen sind weiter zurückgegangen von 42 auf 34. So ist denn wenigstens zu hoffen, daß, wenn auch die Witterung noch nicht nach Wunsch ausfällt, doch zugleich mit der Influenza die epidemischen Kinderkrankheiten Masern und Scharlach wieder einmal erlöschen werden.

Die Zahl der Diphtherieerkrankungen hat im Gebiete der Schweiz im Laufe des März nur geringe Schwankungen erlitten gegenüber dem Februar; sie betrug 601 nach meiner Berechnung und verteilten sich die Erkrankungen auf 13 verschiedene Kantone, von denen die Kantone Bern und Waadt, Zürich und Luzern die meisten Fälle zählen, zusammen fast 400. Besonders erwähnenswert für diesen Bericht erscheint mir folgende Zeitungsmitteilung: Der Regierungsrat des Kantons Zug hat Maßregeln verfügt, welche eine prophylaktische Behandlung der Diphtherie beim Ausbrnch von gehäuften Diphtheriefällen ermöglicht durch Impfungen mit Heilserum. Es ist mir nicht bekannt, ob in andern Kantonen ähnliche Bestimmungen bestehen; in jedem Falle ist es Pflicht, solche wirklich humane Fortschritte zu signalisieren als leuchtendes Vorbild zur Nachahmung. Hand in Hand damit sollte natürlich die schon lange anzustrebende Erleichterung der bakteriologischen Untersuchungen solcher Krankheiten gehen. Ohne diese ist eine wirksame Bekämpfung derselben nicht gut denkbar. Und so sollte auch bei der Bekämpfung der Tuberkulose ein Institut geschaffen werden, zum Nachweis der Tuberkel-Bazillen bei unklaren Krankheitsfällen für reiche und arme Leute. Impfungen des Rindviehs u. s. w. zu möglichst frühzeitiger Erkennung tuberkulöser Erkrankungen derselben sind schon in manchen Ländern gesetzlich vorgeschrieben; ebenso notwendig ist aber auch zur Feststellung der Verbreitung der Tuberkulose unter den Menschen eine Erleichterung der bakteriologischen Untersuchung des Auswurfs 2c. So wünschenswert es auch wäre, daß jeder Arzt diese Untersuchungen selbst machen könnte, so fehlt diesem eben doch in den meisten Fällen die nötige Zeit dazu und sollte deshalb auf dem angegebenen Wege eine Besserung gesucht werden.

Von andern epidemischen Krankheiten im Gebiete der Schweiz ist nichts von Bedeutung zu melden. Im Kanton Waadt sind Anfangs April wieder drei neue Fälle von Pocken vorgekommen, die aber bis jetzt isoliert geblieben zu sein scheinen.

Endlich ist es an der Zeit wieder einmal sich nach der Pest umzusehen. Dieselbe hat inzwischen im allgemeinen ganz bedeutend an Boden gewonnen. Außerdem, daß sie in Britisch-Indien, speziell in Bombay in immer verheerenderer Weise auftritt, hat dieselbe auch bereits in Australien festen Fuß gefaßt, wo in Sydney zahlreiche Erkrankungen vorgekommen sind. Außerdem scheint von Argentinien bis jetzt hauptsächlich Rosario von der Seuche heimgesucht zu werden. Am bedrohlichsten für Europa bleibt im gegenwärtigen Moment die Ausdehnung der Pest von Aden aus. Abgesehen davon, daß aus dieser Stadt vom 7.—13. April 73 Todesfälle an Pest gemeldet werden bei einer raschen Zunahme gegenüber der vorhergegangenen Wochen, treten Pesterkrankungen bereits in der ganzen Provinz Jemen (Arabien) auf; auch Port-Said am andern Ende des Suezkanals wird heute als pestverseucht bezeichnet. Und weiter müssen die Grenzgebiete von persisch Kurdistan gegen die Türkei hin bereits in ziemlicher Ausdehnung als mit Pest infiziert betrachtet werden. Ein am 13. April in Barcelona ankommender

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats März 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		uberw. Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	11	7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	11	7	18	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	16	12	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	16	12	28	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	6	2	.	.	.	3	6	9	
IV. Gewaltsamer Tod	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	4	.	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	6	3	9	Selbstmord 1, Unfall 6
V. Allgemeinkrankheiten	2	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	1	.	.	.	.	.	.	4	3	7	
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	6	6	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	8	14	Scharlach 1, Masern 13.
Diphtherie	.	.	2	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	3	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Croupöse Lungenentzündung	6	3	2	.	.	.	.	.	.	1	.	1	1	.	3	1	2	1	1	2	.	1	.	.	15	10	25	
Tuberkulose der Lungen	2	3	1	2	.	1	.	5	1	2	2	2	3	1	5	4	2	1	.	1	.	.	.	.	16	22	38	
„ anderer Organe	2	1	.	.	.	.	1	1	1	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	5	3	8	Hirnhautentzündung 6, Knochentuberk. 2.
Andere ansteck. Krankheiten	3	2	.	1	.	.	.	1	1	2	.	2	3	.	2	.	2	5	4	8	1	.	.	.	16	21	37	Influenza 27, Rose 2, Kindbettfieber 2, Keuchhusten 2, Syphilis 1, Starrkr. 1, Sepsis 2.
VII. Krankh. der Atmungsorgane	10	4	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	3	1	5	.	1	.	.	14	15	29	Katarrh. Lungenentzündung 16
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	.	2	.	1	.	4	3	1	.	.	.	.	5	9	14	Arteriosclerose 2
IX. „ „ Verdauungsorg.	6	3	1	1	.	.	.	1	.	.	1	1	.	1	3	3	4	1	1	.	.	.	.	.	16	11	27	Kinderdiarrhoen 9, Magen-, Darm- u. Leberkrebs 10.
X. „ des Nervensystems	2	1	1	.	.	.	.	.	.	.	3	2	1	.	1	.	4	3	2	.	.	.	.	.	8	12	20	Hirnschlag 10
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	1	.	1	.	.	2	1	1	1	.	1	.	.	4	6	10	Nierenentzündung 8
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	3	.	.	.	.	.	.	.	.	.	5	5	Gebärmutterkrebs 3.
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
XV. Unbekannte Todesursachen	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
Total	67	45	8	8	1	2	1	8	3	2	6	13	17	7	15	14	13	21	15	26	3	3	.	.	150	153	303	

Digitized by Google

Dampfer, der am 14. März von Manila in See gestochen war, hatte nach Ansicht des Schiffsarztes zwei, am 7. und 10. April an Pest erkrankte Soldaten an Bord. Die spanische Hafenbehörde scheint aber mit aller Energie die strengsten Maßregeln getroffen zu haben, um eine Einschleppung von diesem Schiffe aus zu verhindern. Wir haben nach allen diesen trüben Berichten Grund genug, keinen Augenblick die Gefahr einer Einschleppung von Pest aus den Augen zu verlieren. A. M.

Neue Litteratur über schweizerische Kurorte und Bäder.

Das Lungernthal. Broschüre, den Kurgästen Lungerns als Führer gewidmet. Zürich, Wagner u. Cie. 1899. 46 S. Fr. 1.25.

Das mit 15 Bildern und einer topographischen Karte geschmückte hübsche Schriftchen eines Ungenannten schildert das prächtige, in Obwalden sich hinziehende Thälchen, das nur eine Länge von 6 Kilometer besitzt und eine Fülle landschaftlicher Reize darbietet. Land und Leute werden nach ihren Eigentümlichkeiten, nach Geographie, Topographie, nach Gebräuchen und Sitten vorgeführt, die klimatischen Vorzüge auseinandergesetzt, geschichtliche Erinnerungen über Abstammung und Schicksale der Bevölkerung wachgerufen und auch die für die Entwicklung von Lungern bedeutungsvollsten Kulturereignisse erzählt: die interessante Tieferlegung des die Gegend früher arg überschwemmenden Sees, die Korrektionen der wilden Bergbäche (diejenige des Eibaches hatte allein 300,000 Frs. gekostet), sowie der Bau der das Thal durchziehenden schönen Brünigbahn.

In einem besonderen Kapitel wird der Kuraufenthalt in der stattlichen Landschaft geschildert und der Fremde in die geographische Eigenart, sowie in die klimatischen Eigenschaften von Dorf und Thal eingeweiht. Auch die für das Gelingen einer Luft- und Erholungskur in der reizenden Gegend, die das Bild einer, Aug und Herz erfreuenden Landschafts-Idylle mit einem großen Reichtum von Spaziergängen und Ausflügen bietet, nötige Kurdisziplin wird dem Gaste an die Hand gegeben. Mit Recht empfiehlt der vorsorgliche Mahner Frühaufstehen, das von vielen Luftkuranden zu ihrem Schaden vernachlässigt wird. Lieber, heißt es sehr richtig, sollte man zwei Abendstunden opfern, um am Morgen eine zu gewinnen, als umgekehrt, wie es so oft der Fall sei. Eine einzige, im Freien in würziger, stärkender Bergluft zugebrachte Morgenstunde bringt mehr Nutzen für den Körper und mehr Befriedigung für das Gemüt, als die mit Spielen oder Tanzen an einem Kurort totgeschlagenen späten Soireen.

Nach einer einläßlichen Schilderung der überraschenden Fülle von Touren in die Nähe und in die Ferne, kommt noch ein ärztliches Gutachten über die Bedeutung von Lungern als Kurort, der immer mehr geschätzt wird. Seine Haupteigenschaften sind: ruhige Lage (700 Meter); kräftige erfrischende Bergluft; mildes Klima, besonders angenehm auch zu Frühlings- und Herbstaufenthalt; Windschutz; geringe Temperaturschwankungen; nahe Waldungen; Gelegenheit zu Seebädern und Rudersport. Der Rüstigere hat reichlich Auswahl zu Terrainkuren und zu mäßigeren wie anstrengenderen Gebirgsmärschen.

Ein alphabetisches Register über den behandelten Stoff (etwas, was man in vielen Badeschriften sonst vermißt) und ein Verzeichnis der Gasthöfe des Kurplatzes für alle möglichen Ansprüche vollenden die nette und gehaltvolle Schrift, die wir allen, welche der überaus freundlichen Landschaft einen Besuch machen wollen, angelegentlich zum Studium empfehlen.

Dr. med. H. Lötscher: Schweizer Reise- und Kuralmanach. Ein Reisehandbuch für Kurgäste und Sommerfrischler, sowie Ratgeber für Aerzte. 13. verbesserte Auflage. Zürich, Th. Schröter, 1900. 421 S. 5 Frs. in rotem Bädeckereinband.

Digitized by Google

Dieses nächst dem Buch von Dr. Gsell-Fels vollständigste Werk über die Balneologie (Kurorte, Bäder und Heilquellen) unseres Landes hat in der neuesten Auflage nach Mitteilung des Verfassers eine gründliche Sichtung und Umarbeitung erfahren. Manche neue Kurstation — jedes Jahr tauchen ja in der Schweiz frische auf — besonders im Hochgebirge, wurde in den Rahmen des Almanach eingefügt und war der Bearbeiter desselben bestrebt, das ihm eingegangene balneologisch-statistische Material gewissenhaft zu verwerten. Auf eigene Anschauung und kritische Prüfung kann sich ein Bäderbeschreiber angesichts der Ueberfülle des Stoffes, der Unmenge von Orten und der Unsumme von Details ja selbstverständlich nicht überall berufen. Das Buch ist reich mit Bildern und einigen Karten ausgestattet, ein Vorzug vor demjenigen von Dr. Gsell-Fels.

Die frühere Einteilung des Stoffes ist auch in der neuesten Auflage beibehalten worden. Die Einleitung enthält die allgemeine Klimatologie der Schweiz, die Einteilung und Charakteristik der verschiedenen Mineral- und Heilquellengruppen und eine balneologische Diätetik, Regeln für das Verhalten der Kurbedürftigen und Kurgenießenden hinsichtlich Auswahl einer Gesundheitsstation, Reise in's Bad, Diät, Kleidung 2c. Die Beschreibung der vielen schweizerischen Kurplätze ist nach ihrer geographischen Gruppierung durchgeführt.

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung
natürlicher Jodbäder im Hause.
Allein-Verkaufsstelle bei 1G
Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.
Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.
Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur „**Arche**" und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement „**Lilienberg**", 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbesserte Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapioca sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am Zürichsee

Gummiwarenfabrik
H. Specker's Ww.
16G **Zürich.**
Augen- und Nasen-Douchen, Sonden. Eisbeutel, Unterlagstoffe, Irrigateur, Spritzen aller Art, Urinal etc. **Anfertigung nach Zeichnungen und Angaben.** Operationsschürzen u. Gipsröcke.

Ein jung. Krankenwärter
welcher schon in einem Krankenhause praktiziert hat, **sucht Stelle** in einem Kranken- oder Privathause, vorzugsweise in der deutschen Schweiz.
Gute Zeugnisse und Referenzen zur Verfügung.
Offerten unter Chiffre *He 2495 N* an die Annoncenexpedition *Haasenstein & Vogler. Neuenburg.* 21G

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G
Eis-Schränke
Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische *Familien-Möbel*
Silb. Medaille, Thun 1899. Neueste Schreibstühle, Lehnsessel u. Arbeitsstühle. **P. Scheidegger,** Sitzmöbelschreiner, **Zürich III,** Bäckerstr. 11.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte
Birmenstorfer Bitterwasser.
Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**
Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

Digitized by Google

Hotel und Pension Johannesburg

bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftsäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Privat-Heilanstalt „Friedheim"

Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter: **Krayenbühl,** Spezialarzt, nimmt Geistes- und Nervenkranke jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8G

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Kurhaus Elm

Kanton Glarus, Schweiz.

Telephon. **1000 m ü. M.** 17G

Nächste Bahnstation **Schwanden.** 3 Posten täglich.
Saison Mai — Ende September.

St. Martinsquelle: Erdiger Eisensäuerling. Durchaus modernst eingerichtete Sommerstation mit Alpenklima. Wundervolle, geschützte, sonnige Lage; staubfreie Hochgebirgsluft. Prächtige Parkanlagen. Luft-, Bad- und Trinkkuren. Juni und September ermässigte Preise.
Illustrierte Prospekte u. Auskunft prompt und kostenfrei durch den Geranten **E. Tony,** Kurhaus Elm.

Bad Buchenthal

Wasserheilanstalt u. Sanatorium Kt. St. Gallen (Schweiz).
Elektr. Licht. Eisenbahnstation **Uzwyl** der V. S. B. Telephon.
Die vollkommensten Einrichtungen für das gesamte **Wasserheilverfahren**

Elektrotherapie	Wellenbäder	Schwimmbäder
Heilgymnastik	Dampfbäder	Elektrische Bäder
Massage	Bettdampfbäder	Diätetische sowie
Fangotherapie	Sonnenbäder	Entziehungs-Kuren

Mässige Preise. Prospekte gratis
durch den Besitzer: **J. Rogenmoser.** 13G und leitenden Arzt: **Rob. Vogt,** Arzt aus Bern.

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht.
Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl.
85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Dépôts.
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg,** Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

MAGGI'S Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger **Fleischbrühe**
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster **Kraftbrühe**
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra starke konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Dr. Lahmann's

Nährsalz-Cacao
Nährsalz-Chocolade
Nährsalz-Haferbiscuits
Nährsalz-Extrakt
Pflanzenmilch
Japan-Soya
für Wiederverkäufer Fabrikpreise
ferner diverse
Hafer-Cacao's
Chocoladen-Pulver
Milch-Chocolade
Fleisch-Pepton
Fleisch-Extrakte
Tropon
Tropon-Chocolade
Tropon-Zwieback
(auch für Zuckerkranke)
empfiehlt bestens 15G

C. Eggerling, Zürich
Delikatessen u. Kolonialwaren
Münstergasse 7.
Telephon.

Druck von Ly. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. Juni 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 10.

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Gesundheitsgoldkörner. — Ueber Gesundheitspflege (Hygiene) in den Kurorten. — Gesunde Milch für die Stadtbewohner. — Witterung im April 1900. — Gesundheitszustand im April 1900. — Neue Litteratur. — Inserate.

Gesundheitsgoldkörner.

Ich habe meine Gesundheit erhalten, weil ich nie zu viel gegessen und nie zu wenig geschlafen habe.

Henry Clay.

* * *

Mit frischem „Wasser" den Leib bespült,
In freier „Luft" die Lungen gekühlt,
Auf der „Erde" Rücken die Sehnen gestählt,
Von der Sonne „Feuer" den Mut beseelt!

Richard Cabanis.

* * *

Nur nicht verzagt im Unglück! Wann Gott einen Baum umhauen läßt, so sorgt er schon dafür, daß seine Vögel auf einem andern nisten können.

Lavater.

Ueber Gesundheitspflege (Hygiene) in den Kurorten.

Für Länder, welche, wie die Schweiz, auch einen bedeutenden Reichtum an Bade- und Kurorten, Sommerfrischen, Erholungsstationen aller Art, für alle Jahreszeiten, in den verschiedensten Höhelagen besitzen, spielt die Hygiene, die gesundheitsgemäße Beschaffenheit und Ausstattung derselben nach allen Richtungen des modernen Bedürfnisses eine sehr wichtige Rolle. Im allgemeinen darf man wohl sagen, daß die betreffenden Interessen bei uns eine liebevolle Pflege finden, wenngleich gar manche Verbesserungen verschiedenster Art hinsichtlich Anlage und Einrichtung der Gebäude, Verpflegung und Unterbringung der Gäste, Verhütung von Krankheiten, Mittel zur Beförderung der Kuranden in Eisenbahnen u. s. w. immer noch

Digitized by Google

möglich und wünschenswert sind. In anderen Ländern erfährt die öffentliche Gesundheitspflege in Kurorten wohl noch intensivere Berücksichtigung, namentlich auch von Seite der Obrigkeit und der Presse. Dies geschieht z. B. in Oesterreich, wo besondere Verordnungen der Regierungskreise zur Regelung des Kurwesens in Bädern erlassen worden sind. Im Auslande haben sich die Bäderkundigen (Balneologen), mit den Kurärzten als treibende Elemente an der Spitze, zu Vereinigungen zusammengethan, um in Kongressen und auf besonderen „Bädertagen" namentlich auch die sanitarischen Verhältnisse der Kurorte zu besprechen, Uebelstände zu erörtern, Verbesserungen und Fortschritte durch besondere Kurordnungen und Kurkommissionen anzuregen. An der in Bern im letzten Herbst abgehaltenen Generalversammlung des Vereins für Kurorte und Mineralquellen hat Bezirks- und Kurarzt Dr. H. Zehnder in Baden einen bemerkenswerten Vortrag über das auch in der Schweiz sehr wichtige Thema: „Hygiene in den Kurorten" gehalten. Wir entnehmen daraus mit gütiger Erlaubnis des Referenten folgende praktisch-belangreiche Stellen:

Die Anforderungen an die Kurorte sind mit der Entwicklung und den Fortschritten der Gesundheitslehre enorm gestiegen. Die wenigsten haben bis heute Schritt halten können. So ist es gekommen, daß Hotels, die früher im ersten Rang aufgeführt wurden, heute für Hotels zweiten oder dritten Ranges gelten. Die Anforderungen an den Komfort sind ebenfalls andere geworden und auch die Verpflegung hat sich durch die veränderten Verkehrsverhältnisse geändert. Wo früher ein einfacher Holzstuhl genügte, steht heute eine elegante Chaiselongue, wo man früher mit einem einfachen Nachtessen sich begnügte, wird heute ein großes Souper serviert, aus einer „Suppe" ist ein „Souper" geworden. So ist es denn gekommen, daß früher blühende Kurorte jetzt fast verschollen, andere an ihre Stelle getreten sind. Sie haben nicht rechtzeitig den hygienischen Anforderungen Gehör geschenkt. Dafür haben andere den günstigen Moment ausgenützt und sind deswegen nicht etwa zu tadeln, sondern verdienen Ehrenerwähnung. Ich erinnere nur an Baden-Baden, Karlsbad, Wiesbaden ꝛc. Speziell Karlsbad hat durch Beschreibung und Zusammenstellung seiner sanitären Einrichtungen in einer besonderen Broschüre einen glücklichen Griff gethan.

Diese Beobachtungen haben mich bestimmt, Ihnen ein kleines Resumé der wichtigsten hygienischen Erfordernisse in Kurorten zu geben. Alles aufzuzählen ist unmöglich, denn es müßte das ganze Gebiet der Hygiene vorgeführt werden.

Bevor ich hierauf eintrete, noch eine Frage. Gibt es überhaupt eine Hygiene in den Kurorten?

Die Zahl der Gäste eines Kurortes setzt sich zusammen aus solchen, welche Land und Leute sehen wollen, des Vergnügens wegen reisen, abends ankommen und am nächsten Morgen wieder verschwinden (Passanten), und solchen, welche einen Ort besuchen, um auszuruhen, oder von den verschiedenartigsten Leiden geheilt werden wollen. Dadurch wird ein Kurort nichts anderes als ein großes, etwas eigenartiges Spital. Den Gästen beider Kategorien hat nun ein Kurort entgegenzukommen, beide stellen bestimmte Forderungen, die einen verlangen mehr, die andern weniger, beide aber mehr als sie zu Hause haben und es kann nicht bestritten werden, die Kurgäste haben das Recht, zu verlangen, daß man alles aufbiete, was sie gesund erhält. Es soll durch die Kurorte die Gesundheit und das Behagen der Kurgäste gefördert werden. Dies zu thun liegt auch im Interesse der Kurorte. Sie erreichen dadurch bessere Frequenz und damit erhöhte Rentabilität.

Insofern nun diese Ansprüche höhere und oft eigenartige sind, kann man von einer Hygiene in den Kurorten sprechen. Loslösen von den Grundsätzen der allgemeinen Gesundheits-

Digitized by Google

lehre und -Pflege darf sie sich aber nie. Die Kurorte sollen Musteranstalten für die praktische Hygiene sein oder noch werden. Alle die verschiedenen Forderungen der letzteren sollen in den Ortschaften, wo bestimmte Erholungs-, Bäder- und Trinkkuren gemacht werden, zur Anwendung kommen. Daß hier noch vieles fehlt, wird Ihnen im Folgenden klar werden. Ich betone ausdrücklich, daß ich vom Standpunkte des Hygienikers aus die Forderungen stelle und daß ich nur das verlange, was absolut nötig ist und was sich bewährt hat. Ich möchte damit den Kurorten einen kleinen Spiegel vorhalten, darin sie sehen, was sie schon geleistet haben und was für sie in Zukunft noch zu leisten übrig bleibt.

Als die Hauptsache in einem Kurorte werden die Bauten betrachtet. Daß sie in den verschiedenen Gegenden und Klimaten verschieden sind, ist selbstverständlich. Daß sie überall trocken, hell und luftig sein sollen, muß von Jedermann zugegeben werden. Ob diese Bedingungen aber überall erfüllt werden, bezweifle ich nach meiner Erfahrung. Nur zu oft finden wir auch in luxuriösen Hotelbauten dunkle Ecken, feuchte Wände, übelriechende Gänge ohne Ventilation oder Ventilation ins Haus hinein.

Zu große Bauten für Hotelzwecke haben immer eine Anzahl schlechter, d. h. ungünstig gelegener Zimmer; es entstehen Schwierigkeiten bei der Ventilation und Beleuchtung, die Abortverhältnisse werden kompliziert, die Küche ist schwer anzubringen, wenn man sie nicht im Hause merken soll, die Ruhe wird oft durch die Gäste und ihre Thätigkeit gestört (Klavierspiel, Hunde 2c.). Darum hat man bereits angefangen, neben den Hotelpalästen kleinere Villen zu bauen für Leute, die Behaglichkeit und Ruhe zu schätzen wissen. Was man aber für die einen für notwendig findet, sollte auch für die anderen gethan werden. Diese Verhältnisse werden jedoch erst dann besser, wenn auch der Hygieniker, der Vertreter der Gesundheitsinteressen und -Forderungen, bei Hotelbauten etwas zu sagen hat. Es darf dies von den Architekten nicht etwa als eine Einmischung in ihr Fach aufgefaßt werden. Sobald die Hotels sanitarisch richtig konstruiert werden, hat der Hygieniker keine Veranlassung mehr, sich einzumischen.

Daß hier eine für kleinere oder größere Kreise bestimmte gesundheitspolizeiliche und gesundheitstechnische Bauordnung für Hotels resp. Kurorte von großem Nutzen wäre, ist sehr einleuchtend, ähnlich wie man allerorts Städtebauordnungen hat. Es würde dies auch in feuerpolizeilicher Beziehung seine Vorteile haben. (Schluß folgt.)

Gesunde Milch für die Stadtbewohner.

Die Zürcher Zentralmolkerei gibt sich laut ihrem Bericht große Mühe, den Kunden durch weitgehende Vorsichtsmaßregeln eine stets gesunde Milch zu liefern. Sie hält sich einen nur für das Institut thätigen tierärztlichen Inspektor, welcher laut dem Bericht über das 10. Betriebsjahr (1899) in den einzelnen Stallungen im ganzen 3668 Inspektionen ausführte. Extrainspektionen zur Kontrolle über die Befolgung der gemachten Vorschriften bei Krankheiten der Tiere oder bei sonstigen Vergehen der Lieferanten gegen das Regulativ für Milchlieferung fanden je nach Bedürfnis statt.

Die Gesamtzahl der besuchten Ställe betrug 626, in welchen sich die Untersuchungen über 2816 Kühe erstreckten.

Die Ställe wurden inspiziert auf Ordnung, Reinlichkeit, Temperaturverhältnisse und Ventilation und die Milchtiere auf ihren Gesundheitszustand untersucht; überdies wurde auch die Fütterung kontrolliert. Aus den Resultaten sämtlicher Inspektionen und Untersuchungen heben wir folgendes hervor:

Digitized by Google

1. Krankheiten, welche auf diese oder jene Art schädlich auf die zum direkten Konsum gelangende Milch einwirken, waren in 67 Fällen vorhanden. Darunter befanden sich 13 Fälle von Tuberkulose.

Die Verfügungen bei den Krankheiten der Milchtiere erfolgten gemäß dem Regulativ für Milchlieferung. Die tuberkulösen Tiere wurden geschlachtet. Soweit zuverlässige Mitteilungen der Sektionsergebnisse zu erhalten waren, bestand meistens nur Lungentuberkulose, in einem Fall ergab die Sektion tuberkulöse Entartung der Baucheingeweide (Gedärme und Leber) und Eutertuberkulose.

Ein Lieferant wurde von der Milchlieferung ausgeschlossen, weil er eine hochgradig tuberkulöse Kuh, die aber noch viel Milch gab, nicht beseitigen wollte!!

In zwei Sennereien, von denen die Molkerei Zentrifugentafelbutter bezieht, trat bei drei Viehbeständen die Maul- und Klauenseuche auf. Die Milchlieferung aus den verseuchten Ställen durfte erst nach Aufhebung des Stallbannes wieder erfolgen.

2. Ansteckende Krankheiten unter den Milchlieferanten. In der Familie eines Lieferanten war Typhus ausgebrochen. Die Milch wurde separat eingenommen und spediert und in der Molkerei sterilisiert verarbeitet. (Solche Milch würde wohl am besten gänzlich aus dem Verkehr gelassen. Red.) 58 Lieferanten wurden schriftlich gewarnt unter Androhung von Buße oder Entzug des Lieferungsrechtes.

3. Stallverhältnisse und Pflege des Milchviehs. Bei einer größern Anzahl Lieferanten mußte wegen mangelhafter Ordnung im Stall, namentlich in Bezug auf Reinlichkeit und Ventilation, sowie ungenügender Reinhaltung der Kühe eingeschritten werden. 42 Viehbesitzer, welche den mündlichen Anordnungen nicht nachkamen, erhielten energisch gehaltene Schreiben mit Bußenandrohung. 2, die gleichwohl im alten Schlendrian fortfuhren, wurden je mit 5 Franken gebüßt (nur!) und ein anderer in einem neuen Lieferungskreise bei der ersten Inspektion wegen ekelerregend schmutzigen Stallverhältnissen sofort für einige Zeit von der Milchlieferung ausgeschlossen.

Soweit es die Verhältnisse gestatteten, wurden neben Stallinspektionen auch die mit der Milch in Berührung kommenden Gerätschaften und die Einnahmelokale inspiziert. In den einzelnen Lieferungskreisen fand zu wiederholten Malen eine persönliche Kontrolle der Milcheinnahme statt.

Im chemischen Laboratorium der Zürcher Zentralmolkerei wurden im Berichtsjahr im ganzen 7419 Milchuntersuchungen vorgenommen. In 2 Fällen konstatierte man Fälschung durch Wasserzusatz (bis auf 21%).

Aus dem sanitarischen Teil des Jahresberichtes gewinnt man die Ueberzeugung, daß das für die Versorgung der Stadt mit gesunder, möglichst rein gehaltener Milch belangvolle Institut fortlaufend bestrebt ist, sowohl durch regelmäßige Viehuntersuchungen und Stallinspektionen als auch durch beständige chemische Milchkontrolle (Vollmilch und Kindermilch) den für die Volksernährung wichtigen Zweck zu erreichen und nur ein solches Produkt zu liefern, dem man das beste Zutrauen schenken kann, daß es

1. von gesunden Milchtieren stammt;
2. von der Kuh weg reinlich gehalten und durch Kühlung haltbar gemacht wird;
3. durchwegs gleichmäßigen Gehalt hat.

Digitized by Google

Von ganz besonderer gesundheitlicher Bedeutung schon bei der Milchgewinnung, wie bei der gesamten Milchwirtschaft, ist die strenge Forderung der Reinlichkeit. Diese ist ja überhaupt der goldene Faden, der sich durch die ganze lange Kette der persönlichen wie öffentlichen Gesundheitspflege hindurchzieht. Kuhmilch geht erfahrungsgemäß um so schneller in Zersetzung über und wirkt dann namentlich auf Säuglinge vergiftend, je größere Mengen von Schmutz sie enthält. Renk fordert, daß die Milch so frei davon sein soll, daß 1 Liter Milch bei 2stündigem Stehen in einem durchsichtigen Glasgefäße keinen Bodensatz liefern darf. Reine Milch ist auch viel sicherer zu sterilisieren (von Pilzkeimen frei zu machen) und nach dem Sterilisieren weit haltbarer. Deshalb erscheint das Streben sehr gerechtfertigt, möglichst schmutzfreie Milch zu liefern.

Witterung im April 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.											
		Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel					
								1—5	6—10	11—15	16—20	21—25	26—30
Zürich . .	493	7.7	−1.2	21.6	23.	−2.7	2.	1.4	4.3	10.1	8.9	12.5	10.2
Basel . .	278	9.2	−0.3	21.4	22.	−0.6	3.	3.5	5.8	11.1	10.1	14.3	10.8
Neuchâtel .	488	8.2	−0.8	20.1	22.	−1.5	1. 2.	2.6	4.7	9.8	9.8	12.4	10.2
Genf . .	405	8.6	−0.6	21.0	23.	−1.1	3.	3.2	5.1	10.8	9.6	12.2	10.2
Bern . .	572	7.2	−1.1	19.6	22. 23.	−3.5	2.	1.4	3.5	9.7	8.3	12.1	9.8
Luzern . .	451	7.5	−1.2	20.4	22.	−37.	2.	1.9	4.5	9.7	8.9	11.6	9.8
St. Gallen	703	5.8	−1.5	17.4	22.	−6.3	2.	0.4	2.5	8.8	6.6	10.8	8.2
Lugano . .	275	11.3	−0.1	26.2	23	1.0	3.	5.1	9.8	13.4	13.4	15.9	12.4
Chur . .	610	7.6	−1.5	20.2	16.	−3.6	1. 3.	1.8	4 7	9.7	8.8	11.4	10.4
Davos . .	1557	1.4	−0.7	14.0	21.	−12.6	1.	−4.6	−0.9	2.9	2.4	5.2	5.6

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	718.6	71	71	−24	58	18	4	4	0	4	9	6
Basel . . .	737.3	68	26	−32	63	12	2	2	0	5	11	2
Neuchâtel .	719.1	72	45	−23	63	12	0	0	3	7	14	6
Genf . . .	726.2	67	49	−13	57	10	0	2	0	8	9	9
Bern . . .	711.8	69	42	−25	65	14	3	1	2	4	13	7
Luzern . .	722.4	70	76	−15	60	18	1	4	0	6	11	4
St. Gallen .	700.7	69	116	+9	62	14	8	2	0	4	12	8
Lugano . .	736.0	58	59	−107	47	7	0	1	0	11	8	2
Chur . . .	708.0	68	45	−12	60	10	1	0	0	5	9	3
Davos . .	630.7	78	43	−14	64	12	11	0	0	4	13	3

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 166, Basel 150, Bern 171, Genf 185, Lugano 220, Davos 153.

Der verflossene April war, obwohl er einige recht warme Tage brachte, im Durchschnitt zu kühl. Der Wärmeausfall erreichte in der Ostschweiz, wo er am beträchtlichsten war, $1^1/_2$ Grad. Erhebliche Temperaturschwankungen traten während des Monats auf und machten sich namentlich in dessen zweiter Hälfte in empfindlicher Weise geltend. Die rauhe Witterung, welche im März vorherrschend war, hielt während der ganzen ersten Aprildekade an. In den ersten Tagen stellte sich Schneefall und Frost auch in den Niederungen ein. Eine am 3. im

Digitized by Google

1. Krankheiten, welche auf diese oder jene Art schädlich auf die zum direkten Konsum gelangende Milch einwirken, waren in 67 Fällen vorhanden. Darunter befanden sich 13 Fälle von Tuberkulose.

Die Verfügungen bei den Krankheiten der Milchtiere erfolgten gemäß dem Regulativ für Milchlieferung. Die tuberkulösen Tiere wurden geschlachtet. Soweit zuverlässige Mitteilungen der Sektionsergebnisse zu erhalten waren, bestand meistens nur Lungentuberkulose, in einem Fall ergab die Sektion tuberkulöse Entartung der Baucheingeweide (Gedärme und Leber) und Eutertuberkulose.

Ein Lieferant wurde von der Milchlieferung ausgeschlossen, weil er eine hochgradig tuberkulöse Kuh, die aber noch viel Milch gab, nicht beseitigen wollte!!

In zwei Sennereien, von denen die Molkerei Zentrifugentafelbutter bezieht, trat bei drei Viehbeständen die Maul- und Klauenseuche auf. Die Milchlieferung aus den verseuchten Ställen durfte erst nach Aufhebung des Stallbannes wieder erfolgen.

2. Ansteckende Krankheiten unter den Milchlieferanten. In der Familie eines Lieferanten war Typhus ausgebrochen. Die Milch wurde separat eingenommen und spediert und in der Molkerei sterilisiert verarbeitet. (Solche Milch würde wohl am besten gänzlich aus dem Verkehr gelassen. Red.) 58 Lieferanten wurden schriftlich gewarnt unter Androhung von Buße oder Entzug des Lieferungsrechtes.

3. Stallverhältnisse und Pflege des Milchviehs. Bei einer größern Anzahl Lieferanten mußte wegen mangelhafter Ordnung im Stall, namentlich in Bezug auf Reinlichkeit und Ventilation, sowie ungenügender Reinhaltung der Kühe eingeschritten werden. 42 Viehbesitzer, welche den mündlichen Anordnungen nicht nachkamen, erhielten energisch gehaltene Schreiben mit Bußenandrohung. 2, die gleichwohl im alten Schlendrian fortfuhren, wurden je mit 5 Franken gebüßt (nur!) und ein anderer in einem neuen Lieferungskreise bei der ersten Inspektion wegen ekelerregend schmutzigen Stallverhältnissen sofort für einige Zeit von der Milchlieferung ausgeschlossen.

Soweit es die Verhältnisse gestatteten, wurden neben Stallinspektionen auch die mit der Milch in Berührung kommenden Gerätschaften und die Einnahmelokale inspiziert. In den einzelnen Lieferungskreisen fand zu wiederholten Malen eine persönliche Kontrolle der Milcheinnahme statt.

Im chemischen Laboratorium der Zürcher Zentralmolkerei wurden im Berichtsjahr im ganzen 7419 Milchuntersuchungen vorgenommen. In 2 Fällen konstatierte man Fälschung durch Wasserzusatz (bis auf 21%).

Aus dem sanitarischen Teil des Jahresberichtes gewinnt man die Ueberzeugung, daß das für die Versorgung der Stadt mit gesunder, möglichst rein gehaltener Milch belangvolle Institut fortlaufend bestrebt ist, sowohl durch regelmäßige Viehuntersuchungen und Stallinspektionen als auch durch beständige chemische Milchkontrolle (Vollmilch und Kindermilch) den für die Volksernährung wichtigen Zweck zu erreichen und nur ein solches Produkt zu liefern, dem man das beste Zutrauen schenken kann, daß es

1. von gesunden Milchtieren stammt;
2. von der Kuh weg reinlich gehalten und durch Kühlung haltbar gemacht wird;
3. durchwegs gleichmäßigen Gehalt hat.

Digitized by Google

Von ganz besonderer gesundheitlicher Bedeutung schon bei der Milchgewinnung, wie bei der gesamten Milchwirtschaft, ist die strenge Forderung der Reinlichkeit. Diese ist ja überhaupt der goldene Faden, der sich durch die ganze lange Kette der persönlichen wie öffentlichen Gesundheitspflege hindurchzieht. Kuhmilch geht erfahrungsgemäß um so schneller in Zersetzung über und wirkt dann namentlich auf Säuglinge vergiftend, je größere Mengen von Schmutz sie enthält. Renk fordert, daß die Milch so frei davon sein soll, daß 1 Liter Milch bei 2 stündigem Stehen in einem durchsichtigen Glasgefäße keinen Bodensatz liefern darf. Reine Milch ist auch viel sicherer zu sterilisieren (von Pilzkeimen frei zu machen) und nach dem Sterilisieren weit haltbarer. Deshalb erscheint das Streben sehr gerechtfertigt, möglichst schmutzfreie Milch zu liefern.

Witterung im April 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.											
		Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 1—5	6—10	11—15	16—20	21—25	26—30
Zürich . .	493	7.7	−1.2	21.6	23.	−2.7	2.	1.4	4.3	10.1	8.9	12.5	10.2
Basel . .	278	9.2	−0.3	21.4	22.	−0.6	3.	3.5	5.8	11.1	10.1	14.3	10.8
Neuchâtel .	488	8.2	−0.8	20.1	22.	−1.5	1. 2.	2.6	4.7	9.8	9.8	12.4	10.2
Genf . .	405	8.6	−0.6	21.0	23.	−1.1	3.	3.2	5.1	10.8	9.6	12.2	10.2
Bern . .	572	7.2	−1.1	19.6	22. 23.	−3.5	2.	1.4	3.5	9.7	8.3	12.1	9.8
Luzern . .	451	7.5	−1.2	20.4	22.	−37.	2.	1.9	4.5	9.7	8.9	11.6	9.8
St. Gallen	703	5.8	−1.5	17.4	22.	−6.3	2.	0.4	2.5	8.8	6.6	10.8	8.2
Lugano. .	275	11.3	−0.1	26.2	23	1.0	3.	5.1	9.8	13.4	13.4	15.9	12.4
Chur . .	610	7.6	−1.5	20.2	16.	−3.6	1. 3.	1.8	4 7	9.7	8.8	11.4	10.4
Davos . .	1557	1.4	−0.7	14.0	21.	−12.6	1.	−4.6	−0.9	2.9	2.4	5.2	5.6

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	718.6	71	71	−24	58	18	4	4	0	4	9	6
Basel . . .	737.3	68	26	−32	63	12	2	2	0	5	11	2
Neuchâtel .	719.1	72	45	−23	63	12	0	0	3	7	14	6
Genf . . .	726.2	67	49	−13	57	10	0	2	0	8	9	9
Bern . . .	711.8	69	42	−25	65	14	3	1	2	4	13	7
Luzern . .	722.4	70	76	−15	60	18	1	4	0	6	11	4
St. Gallen .	700.7	69	116	+9	62	14	8	2	0	4	12	8
Lugano . .	736.0	58	59	−107	47	7	0	1	0	11	8	2
Chur . . .	708.0	68	45	−12	60	10	1	0	0	5	9	3
Davos . .	630.7	78	43	−14	64	12	11	0	0	4	13	3

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 166, Basel 150, Bern 171, Genf 185, Lugano 220, Davos 153.

Der verflossene April war, obwohl er einige recht warme Tage brachte, im Durchschnitt zu kühl. Der Wärmeausfall erreichte in der Ostschweiz, wo er am beträchtlichsten war, $1^1/_2$ Grad. Erhebliche Temperaturschwankungen traten während des Monats auf und machten sich namentlich in dessen zweiter Hälfte in empfindlicher Weise geltend. Die rauhe Witterung, welche im März vorherrschend war, hielt während der ganzen ersten Aprildekade an. In den ersten Tagen stellte sich Schneefall und Frost auch in den Niederungen ein. Eine am 3. im

Digitized by Google

Nordwesten auftretende Depression, die sich südostwärts durch den Kontinent fortpflanzte, ebenso eine zweite, die denselben Weg einschlug, brachten nur wenig Erwärmung, dagegen häufig Niederschläge, in den höhern Lagen vorwiegend als Schnee. Erst als sich zu Beginn der zweiten Dekade die Druckverteilung so änderte, daß der Hochdruck über den Südwesten und Süden zu stehen kam, trat wärmeres Wetter ein. Der 15. (Ostersonntag) war ein heller, fast sommerlich warmer Tag. Dann brachten nordwestliche Winde auf der Rückseite im Norden vorüberziehender Depressionen wieder Regen und einen Rückgang der Temperatur. Helle, warme Tage hatten wir wieder vom 19. bis 23., als Zentraleuropa im Bereich eines ausgedehnten Hochdruckgebietes lag. Mit der Verschiebung des Barometermaximums gegen Nordwesten trat dann ein neuer starker Temperaturrückschlag ein, in dessen Gefolge am 26. auf der Nordseite der Alpen sich nochmals leichter Schneefall einstellte. Die Witterung blieb dann unbeständig, die Temperatur hob sich jedoch wieder bis zum Schluß des Monats. Die gesamte Niederschlagsmenge blieb hinter der normalen im größten Teil des Landes etwas zurück, überschritt dieselbe nur in der Ostschweiz stellenweise um einige Prozente. Sehr trocken war die Witterung auf der Südseite der Alpen, wo bis gegen Ende des Monats nur wenige Millimeter Regen fielen und sich infolgedessen Wassermangel einstellte. Dementsprechend war hier auch die Helligkeit des Himmels und die Sonnenscheindauer größer als die normale, während auf der Nordseite der Alpen die Ergebnisse der Sonnenscheinregistrierungen die durchschnittlichen Werte nicht erreichten. Zu erwähnen sind noch die über einem großen Teil des Landes am 23. aufgetretenen Gewitter.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Gesundheitszustand im April 1900.

Endlich ist eine Wendung zur Besserung eingetreten nach den beiden letzten so überaus ungünstigen Monaten. Die Sterblichkeit ist sowohl in den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz als in Zürich einzeln erheblich gesunken und auch der Krankheitsbestand der Bevölkerung scheint bedeutend zurückgegangen zu sein.

In den 15 größten Ortschaften ergibt sich aus den Angaben der sanitarisch-demographischen Bulletins des schweizerischen Gesundheitsamtes in Bern eine Mortalität für den Monat April von 18,8 ‰; gegenüber dem Monat März eine Abnahme um 1,8 ‰. Die Zahl der Geburten beträgt 28,75 ‰, sodaß ein Ueberschuß der Neugeborenen zu den Verstorbenen aller Altersstufen resultiert von 9,95 ‰; also annähernd wieder die 10 ‰, von denen wir jeweilen sagen, daß sie dasjenige Verhältnis ausdrücken, welches man als normal bezeichnen darf für eine Bevölkerung, welche ihrer numerischen Stärke nach nicht im Rückgang begriffen ist.

Die Stadt Zürich hat 244 Tote; gegenüber den 303 vom letzten Monate doch ein bedeutender Unterschied. Nach Abzug der Totgeborenen bleiben von den 244 noch 236 Todesfälle, aus welchen die Sterblichkeit auf 1000 Einwohner fürs ganze Jahr, als Grundlage eine Einwohnerzahl von 160,000 annehmend, berechnet 17,6 ‰ ergibt. Im Vergleich zur verflossenen Berichtsperiode ist nunmehr ein erheblicher Abfall der Zahl der Todesfälle eingetreten, indem das Verhältnis von 20,6 ‰ auf 17,6 ‰ gesunken ist. Auch gegenüber den 15 größten schweizerischen Ortschaften hat die Stadt bereits wieder ihre alte Stellung sich zurückerobert. Diese liegt darin, daß die Sterblichkeit in der Stadt Zürich fast immer zur Durchschnittssterblichkeit der 15 größten Ortschaften um etwas günstiger sich verhält.

Die Abnahme der Sterblichkeit in der Stadt Zürich haben wir im allgemeinen einer Verminderung der Todesfälle in Folge von Lungenerkrankungen zu verdanken, hauptsächlich in der Form der Komplikationen von Masern und Influenza. Von 14 im März sind die Todesfälle der Kinder an Masern auf 7 zurückgegangen; gegenüber 25 Influenza-Todesfällen, meistens Influenza-Lungenentzündungen, hat die Influenza in diesem Monat 4 Opfer auf dem Gewissen. Auffallenderweise sind an katarrhalischer Lungenentzündung fast exakt gleich viel

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats April 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	4	4	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	4	8	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	14	9	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	14	9	23	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	5	.	2	.	.	2	7	9	
IV. Gewaltsamer Tod	1	.	.	.	.	.	1	.	.	1	3	.	1	1	2	.	1	.	1	.	.	.	.	.	9	2	11	Selbstmord 4, Unfall 7
V. Allgemeinkrankheiten	2	2	.	.	.	1	.	.	.	.	1	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	3	4	7	Rachitis 5, Zuckerharnruhr 1, Alkoholismus 1
VI. Ansteckende Krankheiten:																										
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	4	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	5	2	7	Alles Masern
Diphtherie	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Croupöse Lungenentzündung	5	1	.	1	.	.	.	.	1	1	1	.	.	.	2	.	3	2	1	.	.	.	.	.	13	5	18	
Tuberkulose der Lungen	2	.	2	.	.	.	.	1	2	4	9	4	5	4	3	4	1	.	.	.	.	.	.	.	24	17	41	
„ anderer Organe	.	.	1	1	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	1	4	Alles tuberk. Hirnhautentzündungen
Andere anstek. Krankheiten	4	4	.	.	1	.	.	1	.	2	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	6	8	14	Influenza 4, Keuchhusten 4, Rose 2, Kindbettfieber 2, Sepsis 1
VII. Krankh. der Atmungsorgane	9	8	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	1	1	.	1	.	.	.	.	11	12	23	Katarrh. Lungenentzündung 15
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	1	1	.	.	.	.	2	.	1	.	.	.	3	1	2	.	3	2	3	4	.	2	.	.	15	10	25	Arteriosclerose 6
IX. „ „ Verdauungsorg.	8	4	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	1	.	1	2	2	1	.	.	.	.	13	8	21	Kinderdiarrhoen 10, Krebs 3
X. „ des Nervensystems	1	1	.	.	.	1	1	1	.	.	1	1	1	.	5	2	.	2	.	3	.	.	.	.	9	11	20	Hirnschlag 9
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	1	1	.	.	3	1	.	.	.	.	.	3	5	8	Nierenentzündung 7
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	3	Brustkrebs 2
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Total	55	35	4	3	2	4	4	3	5	9	17	6	10	9	18	9	11	13	9	14	.	4	.	.	135	109	244	

Digitized by Google

Leute erlegen wie im Monat März. Es ist dies vielleicht dadurch zu erklären, daß es sich dabei wohl doch hauptsächlich um zur Zeit der letzten ungünstigen Berichtsperiode eingetretene Erkrankungen handelt, die aber erst in diesem Monate den fatalen Verlauf genommen haben. Um die Sterblichkeit noch etwas besser erscheinen zu lassen, hat sich zu diesen wirklich günstigen Verhältnissen noch der zufällige Umstand hinzugesellt, daß in den Rubriken der Totgeborenen und der kurz nach der Geburt Gestorbenen die ganz bedeutende Reduktion von 46 im März auf 31 im April eingetreten ist.

In Bezug auf das epidemische Auftreten einzelner Krankheiten ist hervorzuheben, daß der Scharlach im Gebiete des Kantons Zürich nicht erheblich an Boden gewonnen hat. In der Stadt Zürich ist er seit Wochen stationär geblieben; ganz im Unterschied zu den letzten hier beobachteten Epidemien, wo gewöhnlich von einem Punkte an ein rasches Zurückgehen der unmittelbar vorher noch sehr zahlreichen Erkrankungen bis zum fast völligen Erlöschen der Scharlacherkrankungen beobachtet worden war. Die Zahl der angemeldeten Scharlachfälle im April beläuft sich auf 29; gegenüber dem vorhergehenden Monate nur 5 weniger; im Februar waren es deren 42 im ganzen. Also nur ganz kleine Differenzen im Laufe der 3 letzten Monate und ein Blick in das Verzeichnis der Anmeldungen vom Monat Mai zeigt uns die unangenehme Ueberraschung, daß sogar wieder ein Ansteigen der Scharlacherkrankungen erfolgt ist, besonders in den Kreisen I, IV und V. Die Zunahme der Erkrankungen ist aber nicht etwa auf den Wiederbeginn der Schule zurückzuführen, denn gleich in den ersten Tagen des neuen Schuljahres trat diese Zunahme deutlich hervor; man ist fast eher versucht anzunehmen, daß durch die größere Sorglosigkeit der Eltern während der Ferien wieder häufigere Ansteckungen stattgehabt haben.

Nach den beim Gesundheitsamt der Stadt Zürich eingegangenen Masern-Anzeigen scheint die bis jetzt verbreitet gewesene Epidemie fast völlig am Erlöschen zu sein; im Umkreis der Stadt sind nur noch 25 Fälle gemeldet worden.

Die Zahl der Diphtherieerkrankungen im Gesamtgebiet der Eidgenossenschaft ist im Laufe der Berichtsperiode um mehr als 200 Fälle zurückgegangen, von 601 im März auf 375 im April. Ergänzend zu dem im letzten Berichte erwähnten Beschluß des Zuger Reg.-Rates muß hinzugefügt werden, daß nach der mir kürzlich erst bekannt gewordenen Thatsache eine ganze Anzahl anderer Kantone bereits ähnliche Bestimmungen zur Beschaffung von Diphtherie-Heilserum und Abgabe desselben zu billigern Preisen an Bedürftige getroffen haben.

Von Pocken ist im April noch einmal 1 Fall aus der Waadt gemeldet worden, dem bereits wieder in der ersten Hälfte Mai 8 neue aus dem gleichen Kantone gefolgt sind. Nähere Angaben über Ursache oder Zusammenhang dieser Fälle fehlen mir.

Die Pest dehnt sich, wie es nicht anders zu erwarten war, um den Suezkanal herum weiter aus und die neuesten Berichte melden, daß bereits in Alexandrien die Pest von neuem epidemisch aufzutreten begonnen habe. Der schweizerische Bundesrat hat infolgedessen auch bereits auf Antrag des Gesundheitsamtes in Bern die für pestverseuchte Gegenden vorgesehenen Schutzmaßregeln auch auf diese Gegenden als in Wirksamkeit bestehend bezeichnet. A. M.

Neue Litteratur.

Dr. A. Pfeiffer: 16. Jahresbericht über die Fortschritte und Leistungen auf dem Gebiet der Hygiene im Jahr 1898. Supplement zum XXXI. Band der „Deutschen Vierteljahrsschrift für öffentliche Gesundheitspflege." Braunschweig 1900. Friedr. Vieweg und [illegible] 9. Mark.

Digitized by Google

Der reichhaltige Jahresbericht gibt vielseitigen Aufschluß über die rege Arbeit auf dem Boden der Gesundheitslehre und ihrer praktischen Anwendung sowohl für persönliche als öffentliche Gesundheitspflege in Staaten und Gemeinden. Sanitätsgesetzgebung und Gesundheitspolizei, Gesundheitsstatistik und Forschung auf dem weiten Felde der Hygiene, sowie alle Abschnitte der weitläufigen Gesundheitspraxis und -Technik, namentlich zum Zwecke der Verhütung von Krankheiten für das Individuum, für die Gesellschaft, in Schule, Gewerben, im Verkehr 2c. sind nach den wichtigsten wissenschaftlichen Fortschritten und nutzbringenden neuen Einrichtungen aufgeführt, bald einläßlich, bald nur kurz, unter Hinweis auf die jeweiligen Litteraturquellen. Wir erfahren so, was alles im Berichtsjahr angestrebt und ausgeführt worden ist zum Wohle des Volkes durch Verbesserung der Gesundheitsverhältnisse und -Bedingungen in den verschiedenen Ländern, besonders hinsichtlich Luft, Licht, Wasser, Nahrung, Kleidung, öffentliche Reinlichkeit, Hebung des Wohnungswesens, Bekämpfung der ansteckenden Krankheiten, namentlich der Pest, Tuberkulose und Diphtherie, des Alkoholmißbrauches, der ärztlichen Ueberwachung der Schulen 2c. — Am reichhaltigsten ist das Kapitel über die Infektionskrankheiten, in welchem auch fortwährend überaus eifrig gearbeitet wird, sowohl für immer bessere Erforschung der Ursachen und der Verbreitungsweisen, als der Mittel zu ihrer Verminderung. Interessant sind die im hygienischen Institut in München vorgenommenen Versuche über die Wirkung der Röntgenstrahlen auf Bakterien; die Bestrahlung der Erreger der Cholera, des Milzbrandes, des Typhus, der Diphtherie, hatte deren Abtötung zur Folge. Ob daraus für die Praxis irgend welche Nutzanwendung möglich sein wird, erscheint aber höchst fraglich. — Die neuen Methoden der Wohnungsdesinfektion, zumal mit Formalindämpfen, wofür schon verschiedene Apparate existieren, sind ziemlich einläßlich berücksichtigt. Die Resultate lauten noch widersprechend, doch immerhin ermutigend, indem Abtötung von Krankheitskeimen in Zimmern berichtet werden. Sehr lehrreich sind die mit besonderer Ausführlichkeit mitgeteilten Resultate der vielen Arbeiten für Erforschung der Volksgeißel Tuberkulose, Schwindsucht, deren besserer Verhütung, Bekämpfung und Heilung in den Spezial-Sanatorien ein überaus großer Teil der Bestrebungen auf dem Gebiete der Volksgesundheitspflege fortlaufend gewidmet bleibt. Es sind ja dafür auch schon besondere Zeitschriften gegründet worden. — Mahnende Thatsachen enthält der Abschnitt über die Pocken und Impfung. Es wird gezeigt, wie z. B. in England wegen der großen Zahl der Impfgegner und ihres Einflusses sowohl die kleinen Kinder wie die wieder zu impfenden älteren Leute schlechter gegen das Blatterngift geschützt sind als in Deutschland, wodurch die Pockenhäufigkeit daselbst vermehrt worden ist (neuere Epidemieen in Städten).

Für die Förderung des noch arg darniederliegenden Volksbadewesens dürfte eine Vereinsthätigkeit, wie diejenige der neugegründeten deutschen Gesellschaft für Volksbäder in allen Kulturländern gewiß ersprießlich sein. Schwimmvereine und Schulbrauseanlagen, letztere in dem Abschnitt Schulgesundheitspflege noch detaillierter, sind im Abschnitt Haut- und Muskelpflege behandelt. — Gerson verlangt die Abschaffung des Korsets; Rubner's instruktive neue Beiträge zur Hygiene der Kleidung, besonders auch der Fußbekleidung, werden in den Hauptergebnissen mitgeteilt. Beachtenswert sind auch die Vereinsbemühungen für Verbesserung der Frauenkleider (Ausstellungen, Berichte). Bei der Muskelpflege kommen speziell noch die gesundheitlichen Verhältnisse des Radfahrens zur Behandlung; mitgeteilt sind u. a. die beachtenswerten Vorsichtsmaßregeln, welche für jenen sehr verbreiteten Sport in diesen Blättern von Dr. Deucher seiner Zeit aufgestellt wurden. Heermann betrachtet das moderne Radeln als einen Ausdruck der Nervosität und bestätigt derselbe den (bei Ueberanstrengungen) allerseits

Digitized by Google

betonten schädigenden Einfluß auf das Herz. — Im Kapitel „Hygiene des Kindes" wird über die Fragen des durchaus zu verpönenden Alkoholgenusses im Kindesalter, des Verhältnisses von Turnen und Bewegungsspielen, über Speisung armer Schüler, Fürsorge für verkrüppelte Kinder (Krüppelheime), Schwachsinn und Sprachfehler referiert. — Der immer mit Vorliebe kultivierten Schulgesundheitspflege ist ein Extrakapitel gewidmet. (Die „Zeitschrift" für dieselbe wird mit Recht als besonders reichhaltige Fundgrube hervorgehoben). Nach der ersten Jahresversammlung der Hilfsschulen (für Schwachbegabte) in Deutschland wird mitgeteilt, daß dieser überaus belangvolle Fortschritt im Berichtsjahr schon in 52 Städten mit 202 Klassen verwirklicht worden sei. Mehr als 18 Schüler sollte eine Klasse nicht aufweisen. In der Stadt Kottbus ist auch Gartenarbeit eingeführt. Auch die Schularztfrage und die Ferienkolonien haben die ihnen gebührende Aufmerksamkeit gefunden.

In weiteren Kapiteln ist noch berichtet über Fortschritte in der Gefängnishygiene, im Samariterwesen (Fürsorge für Verunglückte), in der Krankenpflege, in der Fürsorge für Irre und Nervenleidende mit einschlägiger Statistik (Vorzüge der Behandlung von Geisteskranken in Kolonien, Heilstätten für Nervenkranke); auch über die in Deutschland wohlgeregelte Unfall-, Invaliditäts- und Altersversicherung wird in imponierenden Zahlen referiert. — Endlich haben einläßliche Berichterstattung erfahren: Gewerbegesundheitspflege; Hygiene der Reisenden; Leichenbestattung mit Angaben über den Stand der Leichenverbrennung in den verschiedenen Ländern; Bauordnungen und Baugesundheitswesen (mit besonderer Rücksicht auf Städtereinigung, Wohnungsgesundheitspolizei und Arbeiterwohnungen).

Das Buch ist ein sehr wertvolles Nachschlagewerk, namentlich für solche, welche sich mit praktischer Verwertung von gesundheitlichen Fragen beschäftigen.

Vor Kurzem erschien:

★ Baedeker's Paris ★

15. Auflage. — Preis geb. Fr. 8.—

vorrätig bei Th. Schröter, Buchhandlung, Zürich, Seidengasse 7. G 31

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung natürlicher Jodbäder im Hause.

Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni

K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant

Wien

Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.

Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI

1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.

Der Besitzer: O. Steffani-Stoppani.

Soolbad Rheinfelden ★

Hôtel „Schützen" mit Dépendance ist eröffnet.

12 G Kohlensaure Bäder. — Elektrische Beleuchtung.

Prospektus gratis. F. Kottmann, Propr.

Wasserheilanstalt Brestenberg

Station Boniswyl-Seengen. — Am Hallwylersee, Kt. Aargau.

Das ganze Jahr geöffnet.

Kurarzt: Dr. A. W. Münch. Eigentümer: M. Erismann. 14 G

Digitized by Google

Hotel und Pension Johannesburg

bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftsäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Privat-Heilanstalt „Friedheim"

Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl, Spezialarzt,
nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8G

Kurhaus Elm

Telephon.

Kanton Glarus, Schweiz.
1000 m ü. M. 17G

Nächste Bahnstation **Schwanden.** 3 Posten täglich.
Saison Mai — Ende September.

St. Martinsquelle: Erdiger Eisensäuerling. Durchaus modernst eingerichtete Sommerstation mit Alpenklima. Wundervolle, geschützte, sonnige Lage; staubfreie Hochgebirgsluft. Prächtige Parkanlagen. Luft-, Bad- und Trinkkuren. Juni und September ermässigte Preise.
Illustrierte Prospekte u. Auskunft prompt und kostenfrei durch den Geranten **E. Tony, Kurhaus Elm.**

Bad Buchenthal

Wasserheilanstalt u. Sanatorium Kt. St. Gallen (Schweiz).
Elektr. Licht. Eisenbahnstation **Uzwyl** der V. S. B. Telephon.
Die vollkommensten Einrichtungen für das gesamte **Wasserheilverfahren**

Elektrotherapie	**Wellenbäder**	**Schwimmbäder**
Heilgymnastik	**Dampfbäder**	**Elektrische Bäder**
Massage	**Bettdampfbäder**	**Diätetische sowie**
Fangotherapie	**Sonnenbäder**	**Entziehungs-Kuren**

Mässige Preise. Prospekte gratis
durch den Besitzer: **J. Rogenmoser.** und leitenden Arzt: **Rob. Vogt,** Arzt aus Bern. 13G

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Leichtverdaulich, überaus nährend, knochenbild. Bewährt bei normaler u. gestörter Gesundheit der Kinder, spec. bei **Verdauungsstörungen, Brechdurchfall, Rhachitis, Scrophulose.**
300 Gr. Fr 1.85. 500 Gr. F. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 27
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— **nicht** entfettet —
für **15** Rp.
MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.*

Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.
MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.*

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Dr. Lahmann's

Nährsalz-Cacao
Nährsalz-Chocolade
Nährsalz-Haferbiscuits
Nährsalz-Extrakt
Pflanzenmilch
Japan-Soya
für Wiederverkäufer Fabrikpreise
ferner diverse
Hafer-Cacao's
Chocoladen-Pulver
Milch-Chocolade
Fleisch-Pepton
Fleisch-Extrakte
Tropon
Tropon-Chocolade
Tropon-Zwieback
(auch für Zuckerkranke)
empfiehlt bestens 15G
C. Eggerling, Zürich
Delikatessen u. Kolonialwaren
Münstergasse 7.
Telephon.

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Digitized by Google

HYGIAMA

Leichtverdauliches Nährpräparat mit 22% Eiweiss. — Hergestellt aus Milch, Malz, Weizenmehl, Zucker und Cacao. Zur Durchführung von Milchkuren besonders geeignet. 300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3.50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 22

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtbg.)

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent. Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte mit Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

Rüttihubelbad

im Emmenthal,
Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn.
736 m ü. M.

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 33
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50–4.50.

Eig. **Niklaus Schüpbach.**

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur **„Arche"** und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement **„Lilienberg"**, 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Th. Schröter, Sortiment, Zürich.

Für Aerzte und Kurgäste ist dieser Almanach ein unentbehrliches Auskunftsbuch, das über die klimatologischen Verhältnisse informiert und die Heilwirkungen jedes Kurortes der Schweiz eingehend behandelt.
Zu beziehen durch alle Buchhandlungen sowie durch G 32

von **Dr. Hans Lötscher.**
13. Auflage. 1900. **Elegant gebunden Fr. 5.—**

Schweizer Reise- und Kur-Almanach

Th. Schröter, Verlag, in Zürich und Leipzig
Soeben erschienen:

Gummiwarenfabrik H. Specker's Ww.

16 G **Zürich.**

Augen- und Nasen-Douchen, Sonden. Eisbeutel, Unterlagstoffe, Irrigateur, Spritzen aller Art, Urinal etc. **Anfertigung nach Zeichnungen und Angaben.** Operationsschürzen u. Gipsröcke.

Das beste

Abführmittel

ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.

Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

Ein jung. Krankenwärter,

welcher schon in einem Krankenhause praktiziert hat, **sucht Stelle** in einem Kranken- oder Privathause, vorzugsweise in der deutschen Schweiz.

Gute Zeugnisse und Referenzen zur Verfügung.

Offerten unter Chiffre *Hs 8495 N* an die Annoncenexpedition *Haasenstein & Vogler, Neuenburg.* 21 G

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. Juni 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 11.

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Sittlichkeit. — Ueber Gesundheitspflege (Hygiene) in den Kurorten. — Aufruf zum Ausbau des Kinderspitals in Zürich. — Eidgenössische Lebensmittelgesetzgebung. — Zur Nervengesundheitspflege in Städten. — Rationelle Gesundheitspflege in der Volksschule. — Nervenkrankheit und Lektüre. — Preisausschreiben. — Amerikanisches Löchlipflaster. — Die Opfer der Pest. — Gegen Schwelgerei. — Inserate.

Sittlichkeit.

Die sittliche Weltordnung ist nicht außer Dir. Sie ist nur durch Dich. Glaube an sie und Du hilfst sie machen.

Th. Vischer.

Ueber Gesundheitspflege (Hygiene) in den Kurorten.

(Schluß.)

Neben dem Bau von Kuranstalten, Kurhotels ꝛc. kommt dann noch die innere Ausstattung in Betracht. „Was die Engländer Komfort nennen, hat alles eine hygienische Bedeutung und verdient nachgeahmt zu werden," sagt Pettenkofer, und von diesem Standpunkte aus dürfte noch Vieles besser werden.

Von größter gesundheitlicher Bedeutung für einen Kurort sind die Nahrungsmittel. Es ist zwar schwierig, nach Jedermanns Zunge zu kochen. Kein Feinschmecker gleicht dem anderen, und selbst der große Gastrosoph Brillat-Savarin hätte nicht für alle kochen können. Ich will mich hierbei aber nicht aufhalten und annehmen, es sei nicht richtig, was der humorvolle Wiel sagt: „Wer wüßte nicht, daß es noch viele Kurorte gibt, in welchen eine völlig krankmachende Lebensweise besteht. Wenn nichts wäre, als die übliche Table d'hôte. Dieses Quantum, dieses Durcheinander! Man könnte fast glauben, die Hoteliers seien stille Associés der Magenärzte, soviel tragen dieselben zur Vermehrung der Zahl der Magenkranken bei. Und dieses schädliche Getafel kommt sogar in Bädern vor, welche Magenkranke herbeilocken. Kein Wunder also, wenn jene Kurorte so hervorgehoben werden, welche wenigstens etwas für richtige Diät thun. Karlsbad hat bekanntlich in dieser Beziehung den besten Ruf; man findet dort wenigstens die unsinnige Table d'hôte nicht."

Digitized by Google

Ich für meinen Teil schließe mich ganz diesen Ausführungen von Wiel an, — auch für Kurorte, die nicht nur Magenkranke beherbergen.

Was man von einem Nahrungsmittel verlangt, ist, daß es unverdorben, gesund, d. h. nicht krankmachend, sei. Es kommt da in erster Linie die Milch in Betracht, und hier ist es hauptsächlich die Tuberkulose, die Beachtung verdient. Es zeigte sich bei statistischen Erhebungen, daß diese Krankheit bei den Kühen eine geradezu erschreckende Ausdehnung gewonnen. So lange sich die alte Sitte, Milch ungekocht zu trinken, nicht überall verloren, liegt es nahe, daß Menschen sich damit infizieren. Daher ist zu fordern, daß speziell in Kurorten nur Milch von solchen Kühen geliefert werde, die nicht tuberkulös sind, d. h. von Kühen, die mit Tuberkulin geimpft und gesund geblieben sind. Daß im Stall die Gebote der Gesundheitspflege des Viehes ꝛc. berücksichtigt werden müssen, ist selbstverständlich. Bis heute hat sich die Milchuntersuchung meist nur auf den Wasserzusatz erstreckt. Es ist dies ein Betrug, der bestraft werden soll; doch wird dadurch meine Gesundheit nicht gefährdet und würde ich eine gewässerte Milch, vorausgesetzt, das Wasser sei tadellos, einer kranken Milch vorziehen. Daß auch andere Krankheiten durch Milch übertragen werden können, z. B. Typhus, Diphtherie, Scharlach ꝛc., ist sicher erwiesen und muß auch hier eine größere Sicherheit gefordert werden.

Aehnlich steht es mit dem Fleisch. Fleisch von perlsüchtigen (tuberkulösen) Tieren soll für Kurgäste überhaupt nicht Verwendung finden. Um hier Sicherheit zu haben, muß verlangt werden, daß Schlachthäuser in Kurorten erstellt werden, in denen allein geschlachtet werden darf und wo das Fleisch genau untersucht wird. Ein besonderes Augenmerk sollte auch der Wurstfabrikation gewidmet werden. Es vergeht kein Jahr, daß nicht von Wurstvergiftungen die Rede ist, und Jean Paul sollte nicht mehr Recht haben, wenn er sagt: „Nur ein Gott kann eine Wurst essen; denn nur er weiß, was darin ist."

Für die anderen Nahrungs- und Genußmittel, für Gemüse, besteht bis heute fast nirgends eine Kontrolle, und doch wäre dies dringend nötig. Die Krankheitsstoffe aller Infektionskrankheiten können sich mit Leichtigkeit auch hier festsetzen. Auf Reinlichkeit ist noch viel mehr Gewicht zu legen.

Im weiteren muß gefordert werden, daß alle diejenigen, die mit Lebensmitteln zu thun haben, gesund oder doch von übertragbaren Krankheiten frei seien. Ein Tuberkulöser z. B. soll weder mit Milch, noch Fleisch, noch Gewürzen zu thun haben.

Daß für den Tisch und in gewissen Eisschränken Kunsteis von reinem Wasser statt gefährliches Natureis zur Verwendung kommen sollte, ist schon lange verlangt worden, wird aber leider noch verhältnismäßig selten genügend gewürdigt.

Vom Eis gehe ich über zum Wasser. Ohne gutes und genügendes Trinkwasser sollte keine Kuranstalt erbaut werden, und 200 Liter Wasser pro Bett und Tag sollten überall vorhanden sein. Nur allzu häufig begnügt man sich mit ungenügendem oder schlechtem Wasser und schiebt von Jahr zu Jahr die Kosten einer neuen Wasserversorgung hinaus, bis eine Katastrophe eintritt; eine kleine Anzahl von Typhusfällen z. B. genügt, um eine ganze Saison zu verderben. Eine ganze Reihe von Kurorten könnten hiervon erzählen. Womöglich soll das Wasser Quellwasser mit Hochdruckleitung sein. Filter sind nur Notbehelfe. Daß auch Einrichtungen für Feuerzwecke und Straßenbespritzungen nötig sind, leuchtet ein, und sind dies nicht die geringsten Forderungen. Besondere Wichtigkeit haben die Straßenbespritzungen dadurch gewonnen, daß Damen mit ihren Schleppen als besondere Staubmacher überall sich bemerkbar machen.

Digitized by Google

An die richtige Wasserversorgung schließt sich die Kanalisation an, ebenso gut funktionierende Einrichtungen zur Abfuhr aller Abfallstoffe. Es muß nicht nur verhindert werden, daß schädliche Bakterien zu den Menschen dringen können, es müssen auch diejenigen, die durch die Menschen entstehen, auf unschädliche Weise fortgeschafft werden.

Diese Betrachtung führt zu einem weiteren wichtigen Punkte, der Verhütung von ansteckenden Krankheiten in den Kurorten. Es ist hierüber schon viel geschrieben und gesprochen worden. So hat der Direktor des Schweizerischen Gesundheitsamtes auf einen sehr wichtigen und gefährlichen Umstand hingewiesen. Wir besitzen in der Schweiz 112 sogenannte Krankenübergabestationen (Eisenbahnstationen). Davon haben nur 12 ein ständiges Absonderungshaus und einen Desinfektionsapparat, 9 nur ein Absonderungshaus, 16 nur einen Desinfektionsapparat und 62 keines von beiden. Was sollen die letzteren ca. 50% dieser Stationen anfangen, wenn ein Fall von Pest, Cholera 2c. vorkommt? Wie kann von einer wirksamen Abwehr einer Infektionskrankheit gesprochen werden, wenn von all unseren Gemeinwesen in der Schweiz nur 12 richtig eingerichtet sind! Ob es anderwärts besser steht?

Daß jährlich eine größere Anzahl Gäste in den Kurorten infiziert werden, ist leider nur zu wahr, und möchte ich bei dieser Gelegenheit auf eine kleine lesenswerte Broschüre von Professor Dr. Mosler in Greifswald „Zur Abwehr ansteckender Krankheiten" hinweisen. Die Ansteckung kann vom Kurorte selbst ausgehen oder von Gästen in den Kurort gebracht worden sein und dann in dem letzteren verbreitet werden. Dr. Battlehner behauptet, daß der erstere Fall häufiger vorkomme. Eine Statistik hierüber existiert nicht. Was können die Kurorte zur Verhütung solcher Unfälle thun? Ich habe bereits angeführt, daß die Kurorte die Pflicht haben, für gesunde Wohnungen zu sorgen, daß sämtliche Nahrungs- und Genußmittel absolut rein und unverfälscht sein sollen, daß überall gutes Trinkwasser vorhanden sein muß, daß eine Kanalisation und richtige Abfuhr aller Abfälle absolut nötig ist. Ist alles dies vorhanden, so ist ein gutes Stück Verantwortlichkeit vom Kurorte abgewälzt.

Wie sollen sich aber die Kurorte vor Einschleppung einer Infektionskrankheit schützen?

Diese Frage ist schwierig zu lösen; jedenfalls sollte hier die Hilfe der Aerzte mehr als bisher in Anspruch genommen werden. Rekonvaleszenten von Infektionskrankheiten sind nicht zu früh in Kurorte zu schicken. Man weiß ja, daß z. B. Diphtheriekranke ziemlich lange nach der Heilung noch Löffler'sche Bazillen im Halse haben. Auch Genesende von Typhus, Scharlach, Masern, Pocken 2c. können noch nach scheinbarem Ablauf der Krankheit die Umgebung infizieren. Keuchhustenkinder sollen überhaupt nicht fortgeschickt werden oder nur in speziell hierfür eingerichtete Kurorte. Die Verantwortlichkeit der Aerzte ist hier sehr groß.

Ein Kurgast kann sich aber auch auf der Reise anstecken. Wir wissen ja, daß die diesbezüglichen Verhältnisse auf den Eisenbahnen noch recht primitiv sind, und es sollte da viel energischer nach Ahilfe gerufen werden. Raucher dürfen nicht überall sich aufhalten, Kranke, sofern sie nur noch sich selbst fortschleppen können, haben überall freien Zutritt. Man trennt vielerorts auf den Bahnen die Reisenden nach Geschlechtern, würde man sie nicht richtiger, nach Gesunden und Kranken trennen, für die Kranken Sonderkoupees mitführen?

Um gerecht zu sein, muß ich hier die Krankenwagen der Schweiz. Nord-Ostbahn erwähnen. Dieselben sind auf jeder Station ihres Netzes erhältlich, sie sind bequem eingerichtet und so billig, daß sie jedermann benutzen kann. Ein Wagen 1. Klasse kostet pro Kilometer 85 Cts., 2. Klasse 55 Cts., 3. Klasse 35 Cts. Eine Krankenpflegerin darf gratis mitfahren.

Digitized by Google

Was ist nun zu thun, wenn in einem Kurorte dennoch eine Infektionskrankheit ausbricht? Diese Frage ist von einschneidendster Bedeutung. Es hängt daran das Leben vieler Kurgäste und ein großer finanzieller Mißerfolg für die Kurorte.

Als ersten Punkt möchte ich die Anzeigepflicht erwähnen. Jeder Fall einer Infektionskrankheit soll sofort der hierzu bestimmten Amtsstelle gemeldet werden. Verheimlichen nützt hier nichts. Im Gegenteil. Die Presse bemächtigt sich doch des Vorkommnisses. Alles wird aufgebauscht und vergrößert. Aus einem Fall werden 10 gemacht. Es muß dann aber auch dafür gesorgt werden, daß möglichst schnell eine richtige Feststellung (Diagnose) der übertragbaren Krankheit geschehe. Es darf nicht eine einfache Mandelentzündung als Diphtherie, ein fieberhafter Magenkatarrh als Typhus erklärt werden, d. h. es muß schnellstens eine bakteriologische Untersuchung des Falles stattfinden.

Die zweite Forderung ist völlige Isolierung. In einem Hotel ist dieselbe von vornherein unmöglich. Daher ist Verbringung in ein Absonderungshaus zu fordern und der Hotelier muß auf dieser Forderung beharren. Langes Parlamentieren mit dem Kranken oder dessen Angehörigen nützt nichts. Wenn die Verhältnisse gegenseitig klar gelegt werden, so wird sich niemand gegen die Isolierung sträuben wollen. Nur muß vorgesorgt sein, daß ein richtiges Absonderungshaus vorhanden ist. Der Kranke darf nur an einen Ort gebracht werden, wo die günstigsten Verhältnisse für die Genesung vorhanden sind und wo er gute Verpflegung und Behandlung findet. Nur zu oft sind gerade diese mangelhaften Zustände bei Absonderungshäusern der Grund aller Weigerung. Vielleicht dürfte auch ein anderer Name statt Absonderungshaus gewählt werden. Er schreckt viele ab.

Wie wenig in dieser Richtung geschieht, dafür habe ich Ihnen bereits Zahlen aufgeführt und ist diese Gleichgiltigkeit nicht zu begreifen und vollauf bei uns in der Schweiz nicht. Die Eidgenossenschaft zahlt nämlich ganz bedeutende Beiträge an jene Bauten, ca. 25 % an die Baukosten und ca. 50 % an die innere Ausstattung. Ich möchte deshalb gerade unsere schweizerischen Kurorte bitten, hier einmal zuzugreifen und sich mit dem Direktorium des schweizerischen Gesundheitsamtes in Verbindung zu setzen.

Der dritte Punkt ist eine richtige Desinfektion, sowohl der Wohnung, wie der Kleider, Betten, von Auswurf 2c.

Die Wohnungsdesinfektion ist in letzter Zeit bedeutend vereinfacht worden durch die Formaldehydanwendung und dürfte dieselbe bald populär werden.

Die Desinfektion von Betten, Kleidern 2c. wird noch immer am sichersten mit Wasserdampf gemacht und sind hierzu besondere Apparate nötig. Auch hierfür zahlt die Eidgenossenschaft ca. die Hälfte. Daß die Desinfektion gewissenhaft ausgeführt werden muß, ist selbstverständlich und sind hierzu besonders instruierte Desinfektoren notwendig.

Sollte einmal ein Unglück geschehen und jemand in einem Kurorte sterben, so ist es selbstverständlich, daß eine schickliche Leichenhalle vorhanden sein muß.

Wer soll nun alle diese Forderungen ausführen?

Diese Frage wurde schon oft ventiliert, eine Einigung konnte aber noch nie erzielt werden. Der Eine verlangt, der Staat solle all dies ordnen, der Andere wünscht nicht, daß die Polizeigewalt überall sich einmische. Wieder andere möchten die Lösung dieser Fragen den Kurorten selbst überlassen, ohne daß man es sich überlegt, daß dann mancherorts auch wieder nichts geschieht. Die meisten Anhänger hat die Idee der Gesundheitskommissionen gefunden. Jeder Kurort soll eine Gesundheitskommission haben, in welcher wenigstens ein Arzt Sitz und Stimme hat.

Digitized by Google

Vom idealen Standpunkte aus mag diese Idee zu begrüßen sein. Es ist aber nicht zu vergessen, das hier Verschiedenes in Betracht kommt. Eine wichtige Person ist das Präsidium dieser Kommission. Es kann durch vielfache Erfahrung konstatiert werden, daß da, wo das Präsidium kein Interesse für Hygiene hat, jahraus jahrein nichts geschieht. Ganz ebenso verhält es sich, wenn in der Kommission ein Arzt sitzt, dem die Hygiene gleichgiltig ist; es gibt deren noch viele. Es kommt also alles auf die Zusammensetzung dieser Kommission an. Ich würde daher an die Spitze dieser Kommission einen Arzt stellen, der Hygieniker ist. Auf diese Weise wäre dem bekannten Einschlafen dieser Kommissionen vorgebeugt.

Neben diesen Gesundheitsbehörden möchte ich Vereinigungen der Kurorte und Kurärzte eines bestimmten Kreises nach Art des schlesischen oder thüringischen Bäderverbandes nicht missen. Es liegt doch klar zu Tage, daß diese Assoziationen schon vieles geleistet haben und jährlich bieten; sie verdienen volle Sympathie.

Daneben wird der Staat Wohnungsgesetze erlassen müssen, er wird die Lebens- und Genußmittelkontrolle einführen, er wird ein Seuchen(Epidemien-)gesetz erlassen. Kurorte dürften dabei schon etwas schärfer hergenommen werden. Wenn der Staat die Quellen schützt, so darf er auch diejenigen schützen, welche dieselben benutzen.

Zu betonen ist aber, daß die Kurorte mit all den erwähnten hygienischen Einrichtungen vorangehen sollten. Mit gutem Willen läßt sich viel erreichen, und so wird dann das gemeinsame Ziel aller Kurorte am ehesten erreicht, das ist: Förderung der Gesundheit und des Behagens der Kurgäste und dadurch Förderung der Frequenz und Rentabilität der Kuranstalten.

Aufruf zum Ausbau des Kinderspitals in Zürich.

Vom Komite des Zürcher Kinderspitals ist folgender Aufruf erlassen worden:

Das Jahr 1898 war das 25. Betriebsjahr des Kinderspitals „Eleonoren-Stiftung" in Zürich.

Ein großes Leid, der Tod einer jungen Frau, veranlaßte die Anregung zur Errichtung eines Werkes, das eine unversiegbare Quelle zur Linderung menschlichen Leidens und Elendes werden sollte, — und wahrlich, viel Leid konnte das Kinderspital in Zürich während des Zeitraumes von 25 Jahren lindern, wenn auch oftmals alle Bemühungen treuer und sorgfältiger Pflege, alles ärztliche Wissen und Können nicht ausreichten, gänzliche Heilung der Krankheit zu erzielen oder den Tod eines kleinen Lieblings abzuwenden. Und in einer andern Richtung machten sich die Grenzen unseres Vermögens nicht minder fühlbar: in dem Mißverhältnisse der Ansprüche der Notleidenden zu der Hilfe, welche die beschränkten Räumlichkeiten des Spitals gewähren konnten.

In welch' hohem Grade der Bau eines Kinderspitals dem dringenden Bedürfnisse entsprach, ergibt sich am besten aus dem von Anfang an bestehenden Raummangel, demzufolge fortwährend einer erheblichen Anzahl von Gesuchen um Aufnahme kranker Kinder nicht sofort entsprochen werden konnte. Auch die im Interesse der Anstalt successive ausgeführten weitern Bauten einer Absonderungs-Baracke, einer Beobachtungsstation, eines Gebäudes für Poliklinik, änderten hieran nicht viel, das Bedürfnis nach weiteren Räumlichkeiten blieb ein fortwährendes und ist nunmehr mit der Zunahme der Bevölkerung Zürich's ein so dringendes geworden, daß

Digitized by Google

das Komite des Kinderspitals sich entschlossen hat, eine Vergrößerung der Anstalt in Ausführung zu bringen. Hiebei besteht die Absicht, sich an das ursprünglich für diesen Fall vorgesehene Projekt zu halten, welches die Erstellung eines an den jetzt bestehenden Hauptbau sich anschließenden Mittelbaues und einer jenem entsprechenden zweiten Flügelbaute in Aussicht nahm. Dadurch soll Raum geschaffen werden für ca. 60 neue Betten für kranke Kinder. Für die erhöhten Anforderungen des ärztlichen Dienstes, die Unterbringung der mit der Krankenpflege betrauten Schwestern, sowie für die Bedürfnisse der erweiterten Verwaltung wird der Neubau in genügender Weise die notwendigen Lokalitäten enthalten.

Für die Ausführung dieses Projektes sind große Mitel erforderlich — voraussichtlich ca. 500,000 Fr. Es darf wohl für die Aufbringung dieser Mittel in erster Linie auf eine kräftige Beihilfe der Vertretungen jener Gemeinwesen, welchen unsere Anstalt dient, d. h. des Kantons und der Stadt, gezählt werden; allein so wenig als die anerkennenswerte jährliche Leistung des Staates an den Betrieb zur Deckung des Ausgaben-Ueberschusses des Kinderspitals ausreicht, hiefür vielmehr in weit höherem Grade die Freunde und Gönner der Anstalt einstehen, ebensowenig wird es möglich sein, der letztern Unterstützung für die Ausführung dieser Neubauten zu entbehren.

Es sei daher dem Komite gestattet, sich hiemit an diese Freunde und Gönner des Kinderspitals, sowie an jeden edlen Menschenfreund mit der Bitte zu wenden, die Ausführung des projektierten Unternehmens durch Leistung von Beiträgen zu ermöglichen. Wir wagen dies im Vertrauen auf die Sympathie, deren sich unser Kinderspital in den weitesten Kreisen der Bevölkerung erfreut, und auch ganz besonders im Vertrauen und in der Ueberzeugung, daß in der erweiterten Anstalt keiner jener Faktoren fehlen wird, die bis anhin unser Anstaltsleben begleitet und zu einem so ersprießlichen gestaltet haben: die aufopfernde Hingabe des ärztlichen Personals, die unermüdliche treue Arbeit unserer Krankenpflegerinnen und die wohlwollende Bethätigung dritter im Interesse der Belehrung und Unterhaltung unserer Pfleglinge. Das sind die sehr gewichtigen Faktoren, mit welchen wir bei unserm Vorhaben rechnen müssen, und nur indem wir an deren Bewährung zuversichtlich glauben, dürfen wir es wagen, ein Werk an die Hand zu nehmen, dessen Ausführung nur ein segensreiches sein kann.

Wir empfehlen die Unterstützung des Werkes auf's herzlichste den Freunden und Gönnern unseres Spitals!

Zeichnung von Beiträgen oder direkte Gaben werden an das Komite des Kinderspitals erbeten.

Eidgenössische Lebensmittelgesetzgebung.

Ueber die infolge der projektiert gewesenen Opferleistungen des Bundes für die nun wohl für länger lahmgelegte eidgenössische Kranken- und Unfallversicherung in's Stocken geratene Zentralisation der Lebensmittelpolizei, für die ganze Schweiz ein höchst wichtiges Postulat der Volksgesundheitspflege, schreibt Dr. Kreis, Kantonschemiker von Baselstadt, in seinem Bericht für 1899:

Das Berichtsjahr begann mit den besten Hoffnungen für das baldige Inkrafttreten des eidgenössischen Lebensmittelgesetzes, während jetzt bekanntlich nur wenig Aussicht mehr dafür vorhanden ist, daß diese Angelegenheit in der nächsten Zeit die eidgenössischen Räte wieder beschäftigen werde. Obwohl der Kanton Baselstadt bezüglich der Laboratoriumseinrichtungen

Digitized by Google

vollständig auf der Höhe steht und demnach eine Veränderung seiner Anstalt infolge des schweizerischen Gesetzes nicht zu erwarten wäre, würde doch auch für unsern Kanton ein eidgenössisches Vorgehen namentlich aus zwei Gründen sehr zu begrüßen sein: erstens wegen der Grenzkontrolle und zweitens wegen der Beseitigung der zahlreichen verschiedenen kantonalen Lebensmittelverordnungen, die sich namentlich unserem Großhandel öfters unangenehm bemerkbar machen.

Eine Frucht von nicht gering zu schätzendem Wert haben uns indessen schon die Vorarbeiten zum eidgenössischen Lebensmittelgesetz gebracht, das schweizerische Lebensmittelbuch, welches der Verein schweizerischer analytischer Chemiker im Auftrag des Departements des Innern herausgegeben hat. Das genannte Lebensmittelbuch enthält Vereinbarungen über die wichtigsten Untersuchungsmethoden und Beurteilungsgrundsätze für Nahrungs- und Genußmittel und wird wenigstens in dieser Hinsicht auch ohne eidgenössische Lebensmittelgesetzgebung allmählich eine gleichmäßige Behandlung der Untersuchungsobjekte in den verschiedenen kantonalen Laboratorien herbeiführen. —

Laut unserem Dafürhalten sollten nunmehr nach der unglücklichen und wenig rühmlichen Volksabstimmung betreffend das Bundesgesetz über die Versicherung gegen Krankheit und Unfall die unterbrochenen Beratungen über die eidgenössische Lebensmittelgesetzgebung ohne längeren Verzug wieder aufgenommen werden. Man begreift allerdings ganz gut, daß in dem schweizerischen Parlament eine gewisse Scheu und Angst bestehen mag, ja auch eine Abneigung, größere Gesetzesarbeiten auf Bundesboden auszuführen, da man ja nie sicher ist, daß Referendum und Abstimmung die mühsamen legislatorischen Schöpfungen, Früchte einläßlicher und gewissenhafter Prüfung vereiteln. Für die Vorlage eines eidgenössischen Lebensmittelgesetzes, das auch uns endlich die so notwendige Einheit auf einem volkswirtschaftlich sehr wichtigen Gebiete bringen würde, wie sie z. B. in Deutschland schon seit langem herrscht, ist uns jedoch weniger bange. Wir trauen dem Schweizervolke, trotz unseres verschärften Mißtrauens und Pessimismus hinsichtlich seiner Haltung in Bundesgesetzfragen, doch nicht auch noch zu, die schon längst gewünschte eidgenössische Regelung des Lebensmittelverkehrs durch Verwerfung einer Vorlage gleichfalls zu verunmöglichen oder auf ungewisse Zeit zu verschieben. Man versäume also nicht, in allen interessierten Kreisen die genannte nationale Angelegenheit, welche für die öffentliche Gesundheitspflege einen namhaften Fortschritt bedeuten würde, wieder in kräftigen Fluß zu bringen. Der Verein schweizerischer Lebensmittelchemiker wäre wohl die richtige Instanz, um durch eine Petition an den Bundesrat den Anstoß zu geben, daß das unterbrochene Werk wieder aufgenommen und zum guten Ende geführt werde. (Red.)

Zur Nervengesundheitspflege in Städten.

In der „N. Zürcher Zeitung" hat unter der Rubrik „Mitteilungen aus dem Publikum" ein Stadtbewohner sich in berechtigter Weise über den in Zürich in mancher Beziehung besonders großen Unfug hinsichtlich Lärm in den Gassen beklagt, indem er schreibt:

„Je mehr, infolge des gesteigerten Verkehrs, der Straßenlärm zunimmt, umso mehr macht sich für die Bewohner der Stadt, welchen diesen nervenzerrüttenden Spektakel den ganzen Tag lang über sich ergehen lassen müssen, das Bedürfnis nach ungestörter Nachtruhe geltend. Mit Recht verbietet man deshalb das Musizieren bei offenen Fenstern nach zehn Uhr abends, aber mit Unrecht duldet man den Unfug, daß Vereine oder Private, die sich morgens vor

Digitized by Google

sechs Uhr zu einem vergnüglichen Anlasse begeben, oder am späten Abend von einem solchen zurückkehren, die Bewohner der Stadt, die gerne der für sie dringend nötigen Ruhe pflegen möchten, durch Trommelschlag, Musik, Gesang oder Gejohle aus dem Schlafe erschrecken.

Aber auch während des Tages hat der Einwohner einer Stadt von dem Range Zürichs ein Anrecht darauf, nicht durch unnötigen Lärm belästigt zu werden. Es muß als ein sonst nirgendwo geduldeter Skandal bezeichnet werden, wenn leere Last-, Möbel- und Bierwagen im gestreckten Trabe mit Donnergepolter die Straßen durcheilen. Solche Fuhrwerke haben sich auf gepflasterten oder belebten Verkehrswegen im Schritt zu bewegen.

Bei entsprechender Instruierung der Polizeiorgane wird es ein leichtes sein, diesen schreienden Uebelständen, die einer Großstadt unwürdig sind, abzuhelfen. Wir erlauben uns, durch gegenwärtige Zeilen diese dringende Angelegenheit der Aufmerksamkeit der Behörden zu empfehlen." —

Wir zweifeln zwar sehr daran, daß die Anregungeu des Klageführenden bei der Obrigkeit so bald gnädiges Gehör finden und die gerügten Uebelstände so leicht abgeschafft werden. Enthält ja die allgemeine städtische Polizeiordnung schon jetzt manche Bestimmung, die bloß auf dem Papier steht und praktisch undurchführbar ist. So z. B. im Kapitel Straßen- und Verkehrspolizei die auf Verhütung von ungesundem Lärm abzielende gänzlich illusorische Bestimmung: Den Fuhrleuten ist verboten, mit der Peitsche unnütz zu knallen. Wann wird ein peitschenlustiger Fuhrmann überhaupt zugeben, daß er unnütz geknallt habe und doch kommt dies, wie man täglich beobachten und hören kann, dutzendfach vor. So lange man solche dehnbare und zweideutige Polizeibestimmungen aufstellt, anstatt ganz bestimmt den Gebrauch der lärmenden Peitsche und Knallen damit in den Stadtstraßen überhaupt zu verbieten, wie dies in anderen größeren Städten der Fall, braucht man sich darüber nicht zu wundern, daß der Respekt vor Polizeiverordnungen bei uns ein so geringer ist.

Rationelle Gesundheitspflege in der Volksschule.

In einer deutschen Lehrerkonferenz bezeichneten die Lehrer Apelt und Bruhns als notwendig für Volksschulen vom gesundheitlichen Standpunkte unter anderm auch: Möglichst entfernte Lage der Schulhäuser von der Straße, tägliches feuchtes Aufwischen und wöchentliches Scheuern der Zimmer, Belegen der Holztreppen mit Linoleum (zur Staubverminderung), Schulbrausebäder, Anstellung von Schulärzten ohne ärztliche „Schulaufsicht", reichlichere Unterrichtspausen, von welchen die Zeit für das Hinab- und Hinaufgehen der Schüler nicht abzuziehen ist, Einrichtung von Klassen für Schwachbegabte. (Letzterer Punkt ist für alle Schulbehörden ein besonders wichtiger, weil das Bedürfnis überall vorhanden und sich bei richtigem Vorgehen auch gute Erfolge erzielen lassen.)

Nervenkrankheit und Lektüre.

In einer Abhandlung über „Nervenkrankheit und Lektüre" in der deutschen Zeitschrift für Nervenheilkunde hebt Dr. Oppenheim zutreffend hervor, wie häufig populärmedizinische Litteraturprodukte bei bestehender Beanlagung für Nervenleiden (z. B. in manchen Familien) zu deren Ausbruch Veranlassung geben.. Er sagt: Die Unsitte der Tagespresse, über rein medizinische Dinge (Vorträge, Kongresse) ausführlich zu berichten und Krankengeschichten zu

Digitized by Google

bringen, gewisse populäre medizinische Schriften haben viel nervöse Leiden auf dem Gewissen. Viele gesunde Personen, die ihren Wissensdrang in diesen Büchern zu befriedigen suchen, sind zu echten Hypochondern geworden. Man muß sich darüber wundern, daß zu einer Zeit, in welcher der leiblichen Gesundheitspflege eine so große Beachtung geschenkt wird, dieser wichtige Zweig der „Seelendiätetik" kaum eine Berücksichtigung gefunden hat. Es sind neben den belehrenden Schriften auch solche zur Lektüre zu empfehlen, in denen ein echter Humor waltet.

Preisausschreiben.

In der vorjährigen Versammlung des deutschen Vereins für öffentliche Gesundheitspflege hat Prof. Dr. Heim in Erlangen einen Vortrag gehalten über das Bedürfnis größerer Sauberkeit im Kleinvertrieb von Nahrungsmitteln.

Um die Aufmerksamkeit weitester Kreise auf diese in hohem Grade wichtige Frage zu lenken, wünscht der Ausschuß des deutschen Vereins für öffentliche Gesundheitspflege auf dem Wege des Preisausschreibens eine größere Zahl von Aufsätzen über diesen Gegenstand zu erhalten, welche sich zur Aufnahme in die Unterhaltungs-Tagespresse oder auch als Lesestück in deutsche Volksschulbücher eignen. Diese Aufsätze sollen

1. kurz sein (2—3 Druckseiten zu je ca. 400 Worten),

2. für Volksschullesebücher dem Fassungsvermögen von Schulkindern im Lebensalter von 9—14 Jahren angepaßt sein, und

3. auf die verschiedenen in dem Vortrag von Prof. Heim berührten Punkte sich beziehen.

Es sollen Preise von 50 bis 100 Mark für den einzelnen Aufsatz, im Gesamtbetrag von 2000 Mark, vergeben werden.

Die von den Preisrichtern eines Preises würdig erkannten Aufsätze werden Eigentum des Vereins, welcher sie in Druck veröffentlichen und den Herausgebern von Unterhaltungs-Tagesblättern, sowie von Schullesebüchern zum Abdruck kostenfrei zur Verfügung stellen wird.

Die Aufsätze sind bis zum 1. Oktober 1900 an den ständigen Sekretär des Vereins, Dr. Spieß in Frankfurt a. M., kostenfrei einzusenden, von welchem Abdrücke des Vortrages von Prof. Heim nebst der sich daran schließenden Diskussion in einem oder mehreren Exemplaren auf Ansuchen kostenfrei bezogen werden können. Der Name des Verfassers eines einzusendenden Aufsatzes ist in einem mit einem Kennwort versehenen verschlossenen Briefumschlag der mit dem gleichen Kennwort versehenen Handschrift beizufügen.

Die deutsche Tagespresse, die deutschen medizinischen, hygienischen und pädagogischen Zeitschriften werden im Interesse des gemeinnützigen Zweckes um kostenfreie Veröffentlichung dieses Preisausschreibens gebeten.

Amerikanisches Löchlipflaster.

Eine Frau erzählt uns in der Sprechstunde, sie habe in der Apotheke „amerikanisches Löchlipflaster" gegen Schulterschmerzen geholt; es habe ihr aber nichts genützt. Was ist dieses Pflaster? In den Zeitungen wird es unter dem Namen Allcocks poröses Pflaster — sogar mit Abbildungen auf dem entblößten Rücken einer eleganten Dame (ein solches Inserat selbst in der „N. Zürcher Zeitung") — folgendermaßen angepriesen: Heilmittel gegen Rheumatismus, Hüftweh, Lendenschmerz, Erkältungen, Husten, Brustleiden, Rückenleiden u. s. w.,

Digitized by Google

also ziemlich schwindelhaft, denn so vielerlei heilt selbstverständlich kein Pflaster. Das Allcock-Löchligeheimmittel ist ein in dünner Lage aufgestrichenes, chokoladefarbiges, durchlöchertes Kautschukpflaster. Es nützt am meisten dem, der es verkauft.

Die Opfer der Pest.

Die Verwaltung der indischen Stadt Bombay gibt folgende Zahlen über die Opfer der Pest während der drei Epidemien (vom September 1896 bis Juni 1899) in der Präsidentschaft gleichen Namens bekannt. Danach starben in jener Zeit an Beulenpest mehr als 200,000 Personen. Die Krankheit war im wesentlichen auf die großen Städte beschränkt. Es wird von der Verwaltung anerkannt, daß das sicherste Mittel gegen die Ausbreitung von Pestepidemien die sofortige Räumung der durchseuchten Gebiete und die Impfung der gesunden Einwohner solcher Gegenden mit dem Pestserum sei. Letztere Maßregel dürfte aber noch der exakten Erprobung bedürfen.

Gegen Schwelgerei.

Von großer Wichtigkeit ist es für die tägliche Lebensweise, besonders aber bei Anlage zur Fettleibigkeit, sich an eine bestimmte Regelmäßigkeit der Mahlzeiten zu gewöhnen. Mit eiserner Strenge muß daran festgehalten werden, daß zu festgesetzten Zeiten, drei- bis viermal des Tages, gespeist, in der Zwischenzeit aber keinerlei Nahrung genossen werde. Bei keinem Mahle jedoch darf das Gefühl der Uebersättigung auftreten. Darum ist auch in der Küche dafür zu sorgen, daß alle pikanten Zuthaten und reizenden Saucen zu den Speisen vermieden werden, um den Appetit nicht in einer Weise anzuregen, daß dessen Befriedigung über das erlaubte Maß der Nahrungsmenge hinausgreife.

Chamer Milch
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G
In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.
Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Bépôts
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg**, Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

DARKAUER JODSALZ
Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung **natürlicher Jodbäder im Hause.**
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G
Heinrich Mattoni
K. u. k. österr Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G
Eis-Schränke
Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Visitkarten 100 Stück v. Fr. 2.— an, ff. Elfenb.-Carton Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

Rigi-Klösterli 34G **Hôtel Schwert**

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Vor Kurzem erschien:

★ Baedeker's Paris ★

15. Auflage. — Preis geb. Fr. 8.—

vorrätig bei G 31

Th. Schröter, Buchhandlung, **Zürich**, Seidengasse 7.

HYGIAMA

Klinisch und praktisch seit Jahren erprobtes Nähr- und Kräftigungsmittel, ausgezeichnet durch Leichtverdaulichkeit und angenehmen Geschmack.

300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3.50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 24

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI

1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.

Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

Kurhaus Elm

Kanton Glarus, Schweiz.

Telephon. **1000 m ü. M.** 17G

Nächste Bahnstation **Schwanden.** 3 Posten täglich.

Saison Mai — Ende September.

St. Martinsquelle: Erdiger Eisensäuerling. Durchaus modernst eingerichtete Sommerstation mit Alpenklima. Wundervolle, geschützte, sonnige Lage; staubfreie Hochgebirgsluft. Prächtige Parkanlagen. **Luft-, Bad- und Trinkkuren. Juni und September ermässigte Preise.**

Illustrierte Prospekte u. Auskunft prompt und kostenfrei durch den Geranten **E. Tony, Kurhaus Elm.**

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G

Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.

Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.

M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am **Zürichsee**

Th. Schröter, Verlag, in Zürich und Leipzig

Soeben erschienen:

Schweizer Reise- und Kur-Almanach

von **Dr. Hans Lötscher.**

13. Auflage. 1900. Elegant gebunden Fr. 5.—

Für Aerzte und Kurgäste ist dieser Almanach ein unentbehrliches Auskunftsbuch, das über die klimatologischen Verhältnisse informiert und die Heilwirkungen jedes Kurortes der Schweiz eingehend behandelt.

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen sowie durch G 32

Th. Schröter, Sortiment, Zürich.

VALS

Natürliches Mineralwasser in den Hospitälern gebraucht.

Saint-Jean. Magenleiden, Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden.
Précieuse. Leber, Steinleiden, Galle, Zuckerkrankheit, Gicht.
Dominique. Asthma, Bleichsucht, Schwäche.
Désirée. Steinleiden, Leibweh.
Magdeleine. Nierenleiden, Blasengries.
Rigolette. Bleichsucht.
Impératrice. Magenleiden.

Geschmack angenehm. Gebrauch, eine Flasche täglich.
SOCIETÉ GÉNÉRALE des EAUX, VALS (Ardèche).

Das beste **Abführmittel** ist laut zahlreichen Attesten **ärztl. Autoritäten** das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**

Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Ergänzt, der verdünnten Kuhmilch zugesetzt, am besten deren herabgesetzten Nährwert. Diätet. Therapeuticum bei **Rhachitis, Scrophulose und Cholera infantum.**

300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 28

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Rüttihubelbad

im Emmenthal, Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn. 736 m ü. M.

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 33
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.

Eig. **Niklaus Schüpbach.**

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur **„Arche"** und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement **„Lilienberg"**, 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Privat-Heilanstalt

„Friedheim"
Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl, Spezialarzt, nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8G

Hotel und Pension Johannesburg

bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftsäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Für heitere Kreise! Gesellschaftsabende, Familien- u. Vereins-Feste.

Chrüsimüsi

Ernstes und Schnurriges,
unentbehrlich bei Familien- u. Vereinsanlässen von **J. Maeder.**

Geheftet Fr. 1.20. Gebunden 2.— Fr.

Das Buch enthält viele, sehr wirksame Vortragsstücke, darunter **20 in schweizerischem Dialekt.** Wer etwas zur Unterhaltung der Gäste beitragen möchte, wird hier reichliche Auswahl finden.

Vorrätig in allen Buchhandlungen, sowie bei
Th. Schröter, Zürich I, Seidengasse 7.

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen Kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen Feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten, Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.

P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation

Verlag v. **Gustav Fischer** in Jena.

Soeben erschien:

Die diätetische Küche für Magen- und Darmkranke.

Nebst genauen Kochrezepten.

Von

Dr. Karl Wegele,

Besitzer einer Anstalt für Magenkranke in Bad Königshorn (Westfalen).

— Preis: 1 Mark 60 Pf. —

Zu beziehen durch die Buchhandlung
Th. Schröter, Seidengasse 7, Zürich

Gummiwarenfabrik H. Specker's Ww.

16G **Zürich.**

Augen- und Nasen-Douchen, Sonden. Eisbeutel, Unterlagstoffe, Irrigateur, Spritzen aller Art, Urinal etc. **Anfertigung nach Zeichnungen und Angaben.** Operationsschürzen u. Gipsröcke.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. Juli 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 12.

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Die schweizerische Gesellschaft für Schulgesundheitspflege. — Das Projekt eines alkoholfreien Volkshauses in Zürich. — Die sog. Bergkrankheit. — Praktische Zahnpflege durch die Schule. — Gesundheitszustand im Mai 1900. — Witterung im Mai 1900. — Inserate.

Die schweizerische Gesellschaft für Schulgesundheitspflege,

wohl das jüngste Glied am wohl kultivierten Organismus unseres üppigen, nationalen Vereinswesens, hat vor kurzem in Zürich unter reger Beteiligung von Schulmännern, Aerzten, Verwaltungsbeamten ꝛc. ihre erste Jahresversammlung abgehalten. Mit ihr war eine Ausstellung von mannigfachen Gegenständen, Bildern, Statistik u. s. w. verbunden, welche auf den gegenwärtigen Stand und die Förderung jenes praktisch so belangreichen Spezialgebietes der öffentlichen Gesundheitspflege speziell in städtischen Schulen Bezug haben. Auch fanden einschlägige belehrende Demonstrationen statt über die Verhütung von Schulkrankheiten (Verkrümmungen des Körpers, Vorbeugung hinsichtlich Augenstörungen und Abwehr der durch den Schulbesuch so oft übertragbaren ansteckenden Krankheiten, namentlich Scharlach nnd Diphterie) durch Meldewesen, Ausschluß vom Schulbesuch und Desinfektion. Die bedeutend entwickelte Gesundheitstechnik in modernen Schulhäusern wurde an der Hand einer reichen Auswahl von Plänen der neuesten städtischen Bauten vorgeführt und sanitarisch bedeutungsvolles Mobiliar für Schulzimmer, für Hausaufgaben und für Turnunterricht gezeigt. Zahlreiche Bücher und Schriften bewiesen die rege litterarische Arbeit auf dem so sympathischen Gebiet. Hinsichtlich Schulbänken betrachten wir es als einen Fortschritt, daß durch Fabrikation und Ausstellung rationellerer Tische und Sitze (Dreiplätzer) endlich auch an die Kleinkinderschulen gedacht worden ist; denn hier steht es oft noch bitterböse und sieht man ganz bedenkliches veraltetes Mobiliar sogar noch in rationell sein wollenden Kindergärten. Die Beschäftigungsarten in den letzteren und in den noch so sehr der Verbreitung und Förderung bedürftigen Spezialklassen für schwachbegabte Schulkinder sowie die Leistungen des immer mehr zur Geltung kommenden und, wenn in richtigen Schranken geübt, auch gesundheitlich vorteilhaften Handfertigkeitsunterrichtes der Knaben waren durch eine reichhaltige Sammlung repräsentirt. Ungesunde, Augen verderbende

Digitized by Google

Künsteleien kommen wohl auch hier vor, anstatt sich immer an das Einfache und Natürliche zu halten. Auch die modernen Bestrebungen bezüglich Schulgesundheitspflege, die Resultate der Untersuchungen von Sehschärfe und Gehörvermögen, wie die normale Laut- und Stimmgebung und die Behandlung von Schulstotterern und -Stammlern, die viel zu gering geachtete Schriftreform (gerade Haltung ermöglichende Steilschrift anstatt der zum Krummsitzen zwingenden Schrägschrift), günstige Blutuntersuchungen an Ferienkolonienkindern, mikroskopische Präparate und Kulturen über den leidigen Schulstaub, Spucknäpfe für Schulhäuser und -Zimmer, Schulsamariterwesen (Notverbandkästchen, auch für Ferienkolonien) kamen durch graphische Tabellen, Illustrationen, Objekte zur Darstellung. Die schulgesundheitliche Ausstellung war ein ganz gelungenes Debut solcher instruktiver Veranstaltungen bei uns. Auch die Demonstrationen in neuesten Schulhäusern unter Leitung eines in schulgesundheitstechnischer Beziehung wohlbewanderten architektischen Spezialisten (Stadtbaumeister Geiser) boten für die Teilnehmer manche Anregung und Belehrung, die zu Hause Verwertung finden mögen.

In den beiden Hauptversammlungen der Gesellschaft kamen mehrere praktisch ersprießliche Gegenstände zur Verhandlung, durch Referate, Korreferate und eine mehr oder weniger lebhafte Diskussion. Es wurde vorgetragen über die Verwahrlosung der Kinder vom medizinischen Standpunkte, über Konstruktion von Böden, Wänden und Decken in Schulhäusern und Turnhallen, über die gesundheitlichen Anforderungen an den Stundenplan und über die Erfolge der Ferienkolonien (letzteres Thema durch den Vater der so segensreichen, weitverbreiteten Einrichtung selber). Die Referenten hatten ihre Schlußfolgerungen jeweilen in Thesen zusammengefaßt, die aber deshalb in einzelnen Punkten nur geringen Wert haben, weil sie viel zu allgemein gehalten waren (so z. B. beim Verhandlungsgegenstand 3). Wir geben sie im Nachfolgenden.

1. Die Verwahrlosung, vom medizinischen Standpunkte aus betrachtet. Referent: Herr Dr. Girard, Professor der Schulgesundheitslehre an der Universität Bern.

1. Die Benennung „Verwahrloste Kinder" ist, trotz ihrer allgemeinen Anwendung, zu unbestimmt und unvollständig. Oft wird sie, und sogar in offiziellen Aktenstücken, in verschiedenem Sinne gebraucht.

Vorzuziehen wäre, diese Benennung durch „sittlich gefährdete Kinder" zu ersetzen und den Ausdruck „verwahrloste Kinder" im eigentlichen Sinne des Wortes als Unterbegriff zu betrachten.

2. Die Ursachen der sittlichen Gefährdung der Kinder sind dreifacher Art:
   a. mangelhafte, ungünstige oder geradezu verderbliche Familienverhältnisse,
   b. schädliche Einwirkungen anderer Personen,
   c. individuelle Veranlagung.

Unter diesen drei Ursachen hat die dritte eine größere Wichtigkeit als man ihr gewöhnlich beizulegen pflegt.

3. Die sittliche Gefahr ist häufig von der körperlichen begleitet oder hat sie im Gefolge.

4. Die Kinder, welche sich in sittlicher Gefahr befinden, liefern bekanntlich als Erwachsene einen großen Teil der Verbrecher. Um die Mittel, dem Uebel abzuhelfen, gründlich kennen zu lernen, muß man unter diesen Kindern drei Gruppen unterscheiden:
   a. Verwahrloste Kinder im eigentlichen Sinne des Wortes, d. h. Kinder, welche der „sittlichen Gefahr" ausgesetzt sind.
   b. Kinder, welche schon moralisch verdorben sind, d. h. eine sittliche Schädigung erlitten haben.
   c. Lasterhaft veranlagte Kinder.

Digitized by Google

Die Kinder der ersten Gruppe erfordern eine vorbeugende Behandlung.

Die der zweiten sind eine Art Kranke, welche heilenden Maßregeln unterworfen werden sollten.

Die der dritten Gruppe sind so zu sagen Schwache, im Grunde Unverbesserliche, bei denen man aber oft eine mehr oder weniger bedeutende und dauernde Hebung des sittlichen Verhaltens erzielen kann (andauernde Gewöhnung an eine regelmäßige solide Lebensweise, ausgleichende Pflege und Entwicklung der noch nicht beeinflußten Anlagen).

5. Die Unterscheidung zwischen Verbrecher und Nichtverbrecher hat bei den gefährdeten Kindern nur einen relativen Wert. Der Unterschied ist oft zufällig, in dem Sinne, daß die verbrecherischen Handlungen oft nur durch Gelegenheit verursacht werden. Außerdem verliert diese Unterscheidung an Wichtigkeit durch die Thatsache, daß es sich um Vergehen handelt, die von Kindern begangen sind, welche ein beschränktes oder vielleicht kein sittliches Urteil besitzen.

6. Verbrecherische Kinder unter 16 Jahren sollen den Gerichten nicht unterworfen, sondern den Verwaltungsbehörden übergeben und nach den unten angegebenen Grundsätzen behandelt werden.

Verbrecher unter 18 Jahren sollen, wenn die gerichtlichen Behörden dies für gut finden, den Verwaltungsbehörden übergeben und wie die verbrecherischen Kinder unter 16 Jahren behandelt werden können.

7. Unter den für die sittlich Gefährdeten anzuwendenden Mitteln sind besonders anzuführen:

a. Die frühzeitige Fürsorge für die unglücklichen Kinder.

b. Der Entzug der väterlichen Gewalt gegenüber unwürdigen oder unfähigen Eltern (jedoch niemals unwiderruflich), und die Uebertragung der daraus hervorgehenden Rechte und Pflichten auf Organe des Staates oder private Gesellschaften, bezw. Privat-Personen, welche die nötigen Garantien darbieten.

8. Bevor man über die Maßnahmen entscheidet, welche auf Kinder anzuwenden sind, hinsichtlich deren man erkannt hat, daß sie sich in sittlicher Gefahr befinden, muß in jedem Falle eine Untersuchung stattfinden, um festzustellen, zu welcher der unter Ziffer 4 erwähnten Kategorien sie zu rechnen sind.

Unter Vorbehalt der übertragbaren oder ansteckenden Krankheiten oder besonderer Gebrechen, von denen die in Frage stehenden Kinder betroffen werden können und die besondere Maßnahmen erfordern, ist nötig, für jede der oben erwähnten Kategorien folgende Verhaltungsmaßregeln zu empfehlen:

a. Die verwahrlosten Kinder im eigentlichen Sinne des Wortes sollen vorzugsweise einzeln oder in kleinen Gruppen empfehlenswerten Familien anvertraut werden, unter Vermeidung des Unterbietens. Je nach den Fällen, Gegenden und Gewohnheiten soll man sie entweder an ackerbautreibende oder an Handwerker-Familien wenden.

Anstalten nach der Art des Waisenhauses, welche eine gewisse Anzahl von Kindern zusammen aufnehmen können, werden für diese Kategorie oft nützlich, zuweilen notwendig sein.

b. Diejenigen Kinder, welche schon verdorben sind, d. h. eine sittliche Schädigung erlitten haben, sollen in besonderen Erziehungsanstalten untergebracht werden.

c. Die von Natur tief lasterhaften Kinder sollen in sogenannte Besserungsanstalten untergebracht werden, welche von denen der Kategorie b verschieden sind.

Digitized by Google

9. Es ist notwendig, das Zusammenwürfeln der Kinder dieser drei Kategorien zu vermeiden, um jedem schädlichen Einfluß der schlechten Elemente auf die anderen vorzubeugen.

10. Die Dauer der Internirung darf nicht zu kurz sein und soll für jeden Fall festgesetzt werden. Die bedingungsweise Befreiung wird zuweilen gute Wirkungen erzielen können.

11. Je nach ihrem Betragen und ihrer Aufführung können die Kinder durch Beschluß der Verwaltungsbehörden aus einer Kategorie in die andere versetzt werden.

12. Auf Verlangen der Eltern oder ihrer Stellvertreter können die Verwaltungsbehörden jedoch erst nach einer Untersuchung, wegen einer sittlichen Gefahr, die Internierung solcher Kinder anordnen, deren Eltern nicht im Stande sind, sie zu regieren.

2. Die Konstruktion von Böden, Wänden und Decken in Schulhäusern und Turnhallen. Referent: Stadtbaumeister A. Geiser, Zürich.

Um die durch größere Schüleransammlungen in Schulgebäuden sich geltend machenden ungünstigen Einflüsse auf ein Mindestmaß zu reduzieren, empfiehlt sich vom technischen Standpunkte aus:

a. Erstellen zweckentsprechender Heizungsanlagen (Zentralheizung) in Verbindung mit hinreichender Ventilation; in das System sind Vorplätze, Korridore, sowie Aborte hineinzubeziehen;

b. ein in allen Teilen sorgfältiger, mit den Erfahrungen der Technik Schritt haltender Ausbau der Klassenzimmer wie der Nebenräume; diesfalls empfiehlt sich nach den gemachten Erfahrungen die Fortsetzung des Versuches, das bisherige System der Zwischenballendecken mit Schuttauffüllung zu ersetzen durch eisernes Gebälk mit massiver Ausfüllung und an Stelle der Holzböden in Schulhäusern und Turnhallen einen Belag von Linoleum, beziehungsweise Kork, zu verwenden;

c. ein dem Baue in allen seinen Teilen entsprechender sorgfältiger Unterhalt.

3. Die hygieinischen Anforderungen an den Stundenplan. Referent Rektor Dr. Werder, Basel.

1. Die Stundenpläne sind von unten an zu stark belastet; es gilt daher, abzurüsten.

2. Die Stunden sind nach Möglichkeit derart einzuordnen, daß sich ein wolthuender Wechsel und mit ihm die Möglichkeit ergiebt, die Hausaufgaben gleichmäßig zu verteilen; gesundheitswidrige Anordnungen im Stundenplane sollen beseitigt werden.

3. Zwischen die einzelnen Unterrichtsstunden haben viertelstündige Pausen zu treten.

4. Die Ferien sollen derart zugemessen werden, daß sie dem Schüler die Möglichkeit zu ausreichender Erholung wirklich bieten.

4. Die Erfolge der Ferienkolonien. Referent: Pfarrer W. Bion, Zürich.

1. Ferienkolonien und mit denselben zusammenhängende Einrichtungen haben sich in gesundheitlicher, erzieherischer und sozialer Beziehung als eine Wohlthat erwiesen.

2. Ihre Weiterverbreitung und Fortentwicklung ist eine Aufgabe und Pflicht aller Menschen- und Kinderfreunde.

3. Es ist dahin zu wirken, daß die Wohlthat derselben einer noch weit größeren Zahl von Kindern und für eine längere Zeitdauer zu teil werde.

4. Die Errichtung von eigenen Vereinspflegehäusern, in welchen erholungsbedürftige Kinder zu jeder Zeit Aufnahme finden können, ohne daß sie dadurch in ihrem Schulunterrichte eine wesentliche Störung erleiden, und die Sorge für eine bessere Ernährung der aus den Ferienkolonien zurückkehrenden armen Kinder ist überall anzustreben.

(Schluß folgt.)

Digitized by Google

Das Projekt eines alkoholfreien Volkshauses in Zürich.

Von einem Initiativkomite, mit Pfarrer Bion an der Spitze, ist uns der Prospekt für ein in Zürich, in dessen Arbeiterviertel (Kreis III) zu gründendes alkoholfreies Volkshaus zugesandt worden. Auch der sehr rührige Frauenverein für Mäßigkeit und Volkswohl, dem man die Einrichtung schon so mancher Temperenzwirtschaft mit Gelegenheit zu billiger Verköstigung in Zürich verdankt, ist an dem Projekte initiativ beteiligt. Es soll zur Ausführung des, große finanzielle Opfer heischenden volksgesundheitlich höchst wichtigen Werkes eine Genossenschaft gegründet werden mit Anteilscheinen à 25 Franken. In dem das Programm für das Unternehmen begleitenden und zur Zeichnung von Anteilscheinen einladenden Begleitschreiben heißt es:

Ein alkoholfreies Volkshaus kommt einem wirklichen Bedürfnisse unserer Bevölkerung entgegen, indem es ihr Gelegenheit darbietet, sich gut und billig zu ernähren, körperlich zu reinigen, geistig zu bilden und zu unterhalten, ohne veranlaßt zu werden, alkoholische Getränke, welche den Lebensunterhalt verteuern und kein Bedürfnis sind, zu genießen. Das Volkshaus wird eines der wirksamsten Mittel zur Bekämpfung des Alkoholismus sein. Es wird das Familienleben stärken, da es die Familiengenossen durch Abgabe der täglichen Nahrung in die Wohnungen zu gemeinschaftlichen Mahlzeiten vereinigt und dadurch enger verbindet. Das Volkshaus kann auch versöhnend auf die sozialen Gegensätze einwirken, indem es das Bewußtsein gemeinsamer Interessen und das Gefühl brüderlicher Liebe stärkt.

Weil wir daher die feste Ueberzeugung haben, daß durch Volkshäuser, wie wir ein solches erstellen wollen, die leibliche und geistige Wohlfahrt unserer Bevölkerung gefördert und etwas dazu beigetragen wird, einen soliden Boden zu schaffen, auf dem sich unser Gemeinwesen gesund und friedlich entwickeln kann, so können wir wohl auf die Mitwirkung aller einsichtigen und gutgesinnten Bürger hoffen.

Es handelt sich da allerdings um ein Werk, welches sehr bedeutende Mittel erfordert und nur durch allseitige und kräftige Unterstützung zu stande kommen kann.

Aber dieses Werk wird eine große Wohlthat für den soliden, sparsamen Arbeiterstand und weitere Kreise sein. Der Wunsch und das Bestreben, alkoholfreie Volkshäuser zu errichten, geben sich in gemeinnützigen Gesellschaften und Versammlungen immer häufiger und lebhafter kund. Man hofft, daß Zürich in der Erstellung eines solchen mit gutem Beispiel vorangehen werde und glaubt, daß andere Städte dasselbe nachzuahmen bereit seien.

Auf Grund sorgfältiger Prüfung und der beim hiesigen Frauenverein für Mäßigkeit und Volkswohl gemachten Erfahrungen können wir die Ueberzeugung aussprechen, daß das dem Volkshaus zur Verfügung gestellte Kapital nicht nur solid angelegt ist, sondern auch einen bescheidenen Zins abwerfen wird. Aber wir wollen kein Geschäft machen, sondern eine gemeinnützige Schöpfung ins Leben rufen, bei welcher die Mitwirkenden die Genugtuung und Freude empfinden dürfen, ein wirklich gutes Werk unterstützt zu haben, das sich in Hinsicht auf Bedürfnis, Zweck und Nutzen getrost neben alle andern wohltätigen Anstalten und Einrichtungen unserer Stadt hinstellen darf.

Indem wir das Volkshaus in den Mittelpunkt stark bevölkerter Stadtteile verlegen, kommen wir damit auch einem schon lange gefühlten und gegenwärtig dringend gewordenen Bedürfnisse von Gesellschaften und Vereinen nach passenden Versammlungslokalen entgegen.

So geben wir uns denn der Hoffnung hin, daß unser Vorgehen von der Bevölkerung unserer Stadt freudig begrüßt und auch von den städtischen Behörden, in deren Mitte der Gedanke eines Volkshauses schon wiederholt angeregt worden ist, thatkräftig unterstützt werden wird.

Digitized by Google

Der Prospekt bezeichnet als Zwecke des Volkshauses:

1. Gute und billige Ernährung für Männer und Frauen in Speisehallen, in welchen die ganze Tagesnahrung, oder auch nur ein Teil derselben zu bestimmten Zeiten (Morgen, Mittag und Abend) genossen werden kann. Es können Speisen auch ins Haus abgegeben werden. Es dürfen im Volkshaus alkoholhaltige Getränke weder verabfolgt noch genossen werden.
2. Gelegenheit zu billiger körperlicher Reinigung durch Brause- und Wannenbäder.
3. Sorge für geistige Bildung und gesellige Unterhaltung (Lesezimmer, Bibliotheken und Unterhaltungssäle).
4. Angenehmer Aufenthalt, namentlich für alleinstehende Personen.

Die Erstellungskosten des Volkshauses sind mit Mobiliar, aber ohne Bauplatz auf zirka Fr. 680,000 veranschlagt. Der Bauplatz mit Restaurationsgarten und Wirtschaftshof erfordert eine Fläche von zirka 2340 Quadratmeter. Außerdem ist ein Betriebskapital notwendig.

Bezüglich Betrieb des Unternehmens heißt es: Dasselbe soll einen rein humanen Charakter haben. Das Volkshaus steht allen Volksklassen zur Benutzung offen und will ein gemeinnütziges Unternehmen sein, aber nicht die Merkmale einer Wohlthätigkeitsanstalt im engern Sinne des Wortes an sich tragen. Es soll sich also selbst zu erhalten suchen und muß geschäftsmäßig betrieben werden.

Der Eintritt in die Genossenschaft ist an solche Bedingungen geknüpft, die es auch Personen aus dem Arbeiterstand möglich machen, Mitglieder zu werden und sich aktiv an der Leitung des Unternehmens zu bethätigen.

Von Anfang an ist eine möglichst große Amortisation des Anlagekapitals in Aussicht zu nehmen. Das Volkshaus darf nie mehr als 4% Zins bezahlen. Weitere Betriebsüberschüsse dürfen nur für einen Reservefonds, für Verbesserung bestehender oder Erstellung neuer Einrichtungen im projektirten Volkshaus, respektive zur Errichtung oder Unterstützung von Volkshäusern mit gleicher Tendenz in andern Stadtteilen verwendet werden.

In einer Beilage ist eine kurze Beschreibung des Bauplatzes und des zu errichtenden Gebäudes gegeben. Es soll auf den Stauffacherplatz im Kreis III zu stehen kommen, zunächst der neuen schönen Stauffacherbrücke, also in eine sehr günstige Lage, welche es ermöglicht, daß auch von den angrenzenden anderen Stadtkreisen das Volkshaus mit Leichtigkeit frequentiert werden kann.

Das Gebäude soll enthalten: Im Parterre und ersten Stock Restaurationssäle für ca. 400 Personen; für Bildungs-, Unterhaltungs- und Gesellschaftszwecke sind vorgesehen:

a. 1 großer Saal für Konzerte, Theater und Versammlungen, der mit Galerien für 1000 Personen Raum bietet;
b. 1 kleiner Saal für Vorträge, der 400 Personen faßt;
c. einige größere Lokale für Vereinsversammlungen, für Lektüre, für Bibliothek und Lehrkurse.

Im Souterrain sollen Brause- und Wannenbäder für Männer- und Frauen angelegt werden.*)

---

*) Es ist zu hoffen, daß dem weitangelegten und einen sozialgesundheitlich überaus belangreichen Fortschritt bedeutenden Projekt das in großem Umfange nötige Interesse und die thatkräftige finanzielle Unterstützung zu teil werde. Volksgesundheit, Volkskomfort und Volksveredlung werden schöne Früchte der sozial in versöhnendem Sinne zu wirken bestimmten Wohlfahrtseinrichtung großen Styles sein! (Red.)

Digitized by Google

Die sogen. Bergkrankheit.

In der Alpenvereinssektion München hat Dr. Hecker in einem Vortrag über die auch von Bergsteigern in unseren Alpen, namentlich von den Hochtouristen, nicht selten empfundenen Gesundheitsstörungen berichtet, welche man in der Gesamtheit ihrer mannigfaltigen Erscheinungen als Bergkrankheit bezeichnet hat. Die lästigen Zeichen treten besonders beim Uebernachten in höheren Lagen des Gebirges auf. Bei manchen Touristen zeigen sie sich besonders oft. In Berghotels, z. B. an der Furkastraße, können sie schon bei einer Erhebung von etwas mehr als 2400 Meter über Meer eintreten, so daß einzelne Empfindliche gezwungen werden, in der Nacht wegen heftigem Herzklopfen, wegen Brustbeklemmungen, Furcht vor Schlaganfall und Schlaflosigkeit aufzubrechen und sich in's Thal hinunterbringen zu lassen.

Die eigentümlichen unangenehmen Veränderungen des Allgemeinbefindens in höheren Regionen bei noch nicht Akklimatisierten sind nichts anderes als der Ausdruck und die Wirkung des veränderten Luftdruckes auf den menschlichen Körper. Hinsichtlich der Entstehung der Bergkrankheit, ihrer Aeußerungen 2c. entnehmen wir den Ausführungen von Dr. Hecker folgendes:

Die unseren Erdball umgebende Lufthülle (Atmosphäre) unterliegt denselben Gesetzen der Schwere, wie die auf der Erde befindlichen Körper. Wir spüren den Luftdruck nicht, weil er kein einseitiger ist. In der Höhe vermindert er sich. Während der Druck der Luftsäule in Meereshöhe einer Quecksilbersäule von 760 Millimeter das Gleichgewicht hält, kommt der Druck in einer Höhe von 5800 Meter nur noch 380 Millimeter Quecksilber gleich. Hand in Hand mit der Luftverdünnung geht eine Verminderung des Sauerstoffgehaltes, der für unseren Körper unentbehrlich ist. Diese beiden Momente: Luftverdünnung und Sauerstoffmangel erzeugen die Bergkrankheit.

Von dieser ist zu unterscheiden die Ballonkrankheit, die zwar im großen und ganzen dieselben Zeichen (Symptome) aufweist, aber erst in viel bedeutenderer Höhe in Erscheinung tritt. Die Mindesthöhe für die Ballonkrankheit beträgt 4500 Meter, während die untere Grenze der Bergkrankheit schon zwischen 2500 bis 3000 Meter liegt. Der Grund liegt darin, daß bei dem Luftschiffer Ermüdung des Körpers in Wegfall kommt.

Was die Symptome der Bergkrankheit anlangt, so bestehen die ersten Erscheinungen, die wahrzunehmen sind, in einer gewissen Beschleunigung des Pulses schon in der Höhe von 1000 Meter. Eigentliche Beschwerden beginnen bei größerer Höhe. Sie zeigen sich in einer Erschwerung der Atmung, einem Druckgefühle auf der Brust, weiter in allgemeiner Schwäche, die sich besonders in den Beinen bemerkbar macht. Das Herz klopft rasch und rascher, die Schläfe pochen, es entsteht ein Flimmern vor den Augen. Die Symptome steigern sich mit der zunehmenden Höhe immer mehr. Es stellt sich Uebelkeit ein, Ekel vor Speise und Trank, namentlich aber vor Wein, tritt auf. Es entsteht Schläfrigkeit, der Kopf wird eingenommen, das Denkvermögen und das Gedächtnis herabgesetzt. Der Bergkranke wird gleichgiltig, apathisch; er möchte, wie bei der Seekrankheit, am liebsten sterben. Bei noch weiterem Aufsteigen nimmt die Haut eine bläuliche Färbung an, infolge der Stauung im Venensystem, die Augen werden gerötet, die Uebelkeit steigert sich zum Erbrechen, und es treten Blutungen aus den Schleimhäuten der Nase und des Rachens ein. Es kann sogar zur plötzlichen Bewußtlosigkeit kommen, zum Zusammenstürzen; doch wird diese Erscheinung häufiger bei Tieren (bei den Maultieren in den südamerikanischen Anden) als bei Menschen beobachtet. Ein Nachlassen der Beschwerden tritt für gewöhnlich nur bei ruhigem Liegen ein, dann aber sofort. Beim Bergsteigen dauern die Beschwerden meist bis zum Abstieg.

Digitized by Google

Charakteristisch für das Wesen der Bergkrankheit ist ihre Flüchtigkeit. Der Mensch ist eben im Stande, sich den veränderten Luftverhältnissen anzupassen. Dies geschieht bei den Alpinisten durch wiederholte Aufstiege. Nach 8 bis 12 Tagen schwinden meist die ärgsten Symptome.

Da die Bergkrankheit nicht lediglich eine Ermüdungskrankheit ist, so muß sie auch da auftreten, wo keine körperliche Arbeit geleistet wird. Einen wissenschaftlichen Beweis für diese praktische Erfahrung gibt die Expedition des Professors Kronegger aus Bern. Da der Bundesrat vor Genehmigung des Bahnbaues auf die Jungfrau wissen wollte, ob nicht für Menschen eine gewisse Gefahr mit der plötzlichen Ersteigung so großer Höhen verbunden sei, so wurde der Genannte beauftragt, dies durch eine Expedition festzustellen. Sieben Personen wurden auf Maulesel und dann durch Träger fast ganz bis zum Gipfel befördert, nachdem zuvor in der Ebene Puls, Temperatur 2c. gemessen worden waren. Die Versuchspersonen zeigten oben alle Anzeichen der Bergkrankheit. Zwanzig Schritte auf einer sanft geneigten Firnfläche genügten, um einen wahren Fieberpuls hervorzurufen. Daneben traten heftiges Herzklopfen und Atemnot auf.

Interessant ist, daß mit der Bergkrankheit auch ein Sinken der Körpertemperatur verbunden ist. Lautes Sprechen, Schreien, Singen und Pfeifen ist nicht nur gefährlich, sondern fast unmöglich. Der Einfluß der Außentemperatur auf die Bergkrankheit ist verschieden, je nachdem der Betreffende sich in Ruhe oder in Bewegung befindet. Während der Ruhe wirkt nämlich eine Abkühlung schädlich, d. h. sie befördert alle vorher vorhandenen Symptome der Krankheit. Von Einfluß ist auch die individuelle Körperbeschaffenheit. Magere Personen sind nämlich widerstandsfähiger als korpulente. Die Bergkrankheit ist nicht zu verwechseln mit der Bergangst, mit dem Höhenschwindel, der eine Störung der Gleichgewichtsinne ist. Von ihr ist auch zu unterscheiden die bei allen Sportsübungen, wenn sie übertrieben werden, auftretende Herzschwäche, eine Folge der Erweiterung des Herzmuskels. Diese tritt beim Bergsteigen aber nicht häufiger auf als beim Radfahren.

Die Forschungen auf dem Gebiete der Bergkrankheit sind nicht alle auf den Bergen angestellt worden. Man hat auch Personen in pneumatischen Kammern untergebracht und dann die Luft verdünnt. Da aber bei der wirklichen Bergkrankheit auch noch andere Faktoren: niedere Lufttemperatur, Bewegung der Luft, Wirkung der Sonnenstrahlen, psychische Momente in Betracht kommen, so genügten diese künstlichen Experimente für das Studium der Krankheit nicht. Es ergab sich die Notwendigkeit, doch wieder auf die Berge zu steigen und durch längere Zeit Beobachtungen anzustellen.

Wichtige Resultate sind in neuerer Zeit dem Turiner Physiologen Angelo Mosso zu verdanken, der im Sommer 1894 mit 30 Soldaten, die ihm die italienische Regierung zur Verfügung stellte, auf dem Monte Rosa vier Wochen hindurch in der Hütte Königin Margherita, unterstützt von den feinsten Apparaten, wissenschaftliche Untersuchungen anstellte. In seinem Buche „Der Mensch in den Hochalpen" legte er die Ergebnisse dieser Forschungen nieder, die sich auf Muskelkraft, Atmung, Blutkreislauf, Herzermüdung, Erschöpfung und deren Folgen, Ernährung, Körpertemperatur u. s. w. bezogen.

Bezüglich des Wesens der Bergkrankheit stehen sich jetzt die Theorien von Mosso und von Liebig gegenüber. Ersterer nimmt als Ursache der Bergkrankheit eine Herabsetzung der Erregbarkeit des Nervensystems an. Das Blut, sagt er, enthält bei der Bergkrankheit zu wenig Kohlensäure, welche die Hauptzentralorgane im Gehirn und Rückenmark anregt. Liebig geht von dem Gedanken aus, daß die Lungen eine gewisse Elastizität besitzen, derzufolge sie

Digitized by Google

sich beständig zusammenzuziehen suchen. Sie streben, dem Luftdrucke entgegenzuwirken. Wird der äußere Luftdruck vermindert, so muß sich die elastische Kraft der Lunge vermehren. Sie kann sich fester zusammenziehen, ihr Fassungsvermögen wird kleiner. Die veränderte Lungenstellung führt zu einer Blutüberfüllung im Venensystem und zu den weiteren Symptomen. — Beide Theorien sind noch nicht bewiesen.

Die Momente, die zur Bergkrankheit leicht Veranlassung bieten, sind zunächst körperliche Ermüdung, starkes, schnelles Ansteigen bei mangelnder Uebung, plötzliche Körperbewegung in verhältnismäßig ruhigem Zustande, Magenaffektionen jeder Art, Hunger, Angst, psychische Veränderung, dann gewisse nicht gut ventilierte Stellen in den Bergen, mögen sie warm oder kalt sein. Berüchtigt ist in dieser Hinsicht der Corridor Montblanc. Weiter tragen bei: alkoholische Exzesse, Kälte, Hitze und besonders schlechtes Wetter.

Ueber die Behandlung der Bergkrankheit ist zu sagen: Beabsichtigt man wirklich große Höhen (über 4000 Meter) zu erklimmen, sei es im Ballon oder auf den Bergen, so empfiehlt sich vor allem die Mitnahme von komprimiertem Sauerstoff oder von sauerstoffgesättigter Luft oder das Mitführen von verflüssigter Luft. Leuten, die zur Bergkrankheit geneigt sind, ist anzuraten, ihren Körper erst allmälig an größere Höhen zu gewöhnen. Diese Regel möge namentlich von Städtern, die gleich bei Beginn der Urlaubszeit die Stadt verlassen, beachtet werden. — Wenn Einen die Krankheit anfällt, ist nicht viel zu machen. Das Beste ist, sich hinzulegen und auszuruhen. Als gute Mittel werden empfohlen: kohlensaure Getränke und besonders starker Wein. (Wir geben einem guten Schwarz-Kaffee oder Thee, in der Feldflasche mitgeführt, den Vorzug.) Pures Wasser ist direkt zu widerraten, da auf dessen Genuß die Beschwerden sich nicht mindern, sondern erhöhen. Es empfiehlt sich auch, von Zeit zu Zeit etwas zu sich zu nehmen, z. B. ein Stück Chokolade.

Praktische Zahnpflege durch die Schule.

Ueber die in Olten geübte Zahnpflege der Schulkinder, ein bekanntlich sehr wichtiges, aber zum Schaden der Jugend noch vielfach ungebührlich geringgeschätztes Gebiet der persönlichen Gesundheitspflege, schrieb der dortige, in überaus gemeinnützigem Sinne wirkende Arzt Dr. Christen (in einem an Lehrer G. Schmid in St. Gallen gerichteten und von letzterem uns in freundlicher Weise zur Benützung zugestellten Briefe):

Anläßlich der Ferienkolonie wurde die Abteilung der Schüler, welche den Bergaufenthalt benutzen konnte, mit der Pflege der Zähne vertraut gemacht. Der Leiter der Kolonie setzte den Kolonisten die Bedeutung einer rationellen Reinigung der Zähne auseinander; jeder der Knaben erhielt sein Zahnbürstchen und sein Schächtelchen mit Zahnpulver. Zwei Mal täglich wurden die Zähne gereinigt. Die Kinder erhielten Zahnbürste und Pulverschachtel nach Beendigung der Kur als ihr Eigentum. Der Leiter der Kolonie führte in seiner Schule die Aufsicht über die Zahnpflege weiter und dehnte sie auf seine ganze Schule aus. Der Hilfsverein Olten stellte Zahnpulver nnd Pulverschachteln für sämtliche Kinder und Zahnbürstchen für unbemittelte Schüler zur freien Disposition. Andere Lehrer folgten nach.

Um nun der Sache einen frischen Impuls zu geben und, wenn möglich, auf sämtliche Schulen auszudehnen, hielt ich in der Lehrerkonferenz einen bezüglichen Vortrag: es wurde die erschreckende Zunahme der Zahnverderbnis dargelegt, der Schaden, der dadurch in gesundheitlicher Beziehung erwächst, die aesthetischen Folgen, die günstige Einwirkung einer guten Zahn-

Digitized by Google

pflege. Diese könne durch die Schule Eingang finden, indem der Lehrer, wie über die Reinhaltung von Gesicht, Hals und Händen, so auch über die Reinigung der Zähne allwöchentlich 1—2 Mal in der Schule Nachschau halten würde. —

Die Lehrer stimmten meinen Vorschlägen bei. So wird nun in den Schulen von Olten die Zahnpflege eingeführt. Natürlich hängt der Erfolg von dem guten Willen und der konsequenten Hilfeleistung der Lehrer ab. Diese geben den Schülern die Anleitung zur Zahnpflege, auch für Reinigung abends vor dem Zubettgehen, sehen in der Schule allwöchentlich 1 bis 2 Mal nach den Zähnen, beziehen unentgeltlich vom Depot des Hilfsvereins Metallschachteln, Zahnpulver und für bedürftige Schüler auch Zahnbürstchen. Die Schüler können ihre Schachteln jeder Zeit nachfüllen lassen. Das Zahnpulver wird aus feinster Champagnerkreide (von einem Kittfabrikanten wurde uns in verdankenswertester Weise ein Kilo-Zentner Kreide gratis zur Verfügung gestellt), feingepulverter Veilchenwurzel unter Zusetzung von etwas Pfeffermünzöl hergestellt. Es wurden ferner mehrere hundert solide Metallschachteln als Pulverschachteln bezogen und etliche Dutzend Zahnbürstchen an die Lehrer abgegeben.

Die Sache kann ohne erhebliche Kosten durchgeführt werden. Es ist Aufgabe des Vorstandes des Hilfsvereines, für konsequente Durchführung besorgt zu sein. Wenn die Neuerung sich einmal eingelebt hat, so wird es leicht weiter gehen.

Ueber den Erfolg geben wir uns keiner Illusion hin; es wird nach wie vor Zahnschmerz, Zahnlücken, schadhafte Zähne geben. Aber es lassen sich auf diesem Wege doch viele tausend Zähne gesund erhalten, ein ungemeiner Vorteil in gesundheitlicher, finanzieller und aesthetischer Hinsicht. Natürlich muß der Zahnarzt nach wie vor seine Mithilfe leisten. Es ist anerkennenswert, daß die hiesigen Zahnärzte sich anerboten haben, armen Kindern, die ihnen von den Lehrern zugewiesen werden, schadhafte Zähne zu reinigen und zu plombieren.

Es würde, meines Erachtens wenigstens, von nicht zu unterschätzender Bedeutung sein, wenn man diesem unbegreiflicher Weise vernachlässigten Gebiete der Volksgesundheitslehre auch anderwärts mehr Aufmerksamkeit zuwenden würde. Die geringen finanziellen Opfer und die kleine Mühe würden reichliche Früchte bringen. Suche man überall die Lehrer dafür in Bewegung zu bringen!

Gesundheitszustand im Mai 1900.

Die vorliegende Berichtsperiode zeigt wenig Veränderungen gegenüber der verflossenen. Im ganzen eine recht geringe Schwankung zu etwas günstigeren Verhältnissen. In den 15 größten Ortschaften der Schweiz beträgt die Sterblichkeit in der Zeit vom 28. April bis 16. Mai 16,25 ‰; gegenüber dem April eine Abnahme von 2,5 ‰. Die Berechnung der Geburten ergiebt ein Verhältnis von 28,0 ‰. Daraus ersehen wir, daß ein Ueberschuß der Neugebornen über die Verstorbenen von 11,75 ‰ zu verzeichnen ist; seit manchen Monaten das erste Mal, daß die Durchschnittdifferenz von 10 ‰ überschritten wird.

Im Gebiete der Stadt Zürich ist die Sterblichkeit nur um ein ganz geringes zurückgegangen gegenüber der vorausgegangenen Monatsperiode; von 17,6 ‰ auf 17,5 ‰. Im ganzen starben 260 Personen, wovon zur Berechnung der Verhältniszahl die Totgebornen, dies Mal 27 gegenüber nur 8 im April, in Abzug gebracht worden sind. Das im letzten Monat signalisierte günstigere Resultat in der Stadt Zürich im Vergleich zu den 15 größten schweizerischen Ortschaften hat sich somit schon wieder ins Gegenteil verwandelt und es beträgt

Digitized by Google

die Differenz zu Ungunsten der Stadt Zürich im Mai 1,2 ‰, das heißt auf 1000 Einwohner hat die Stadt Zürich 1,2 Tote im Durchschnitt mehr als die größeren Ortschaften der Schweiz.

Entsprechend den fast genau gleichen Ergebnissen der Sterblichkeit in den beiden letzten Monaten April und Mai in der Stadt Zürich zeigen auch die einzelnen Krankheiten und die damit verbundenen Todesfälle nur geringe Schwankungen. Seit Beginn der Masernepidemie im Oktober 1899 ist dies der erste Monat, wo nur ein einziger Todesfall in Folge von Masern-Lungenentzündung zu beklagen ist. Aber trotzdem ist die Epidemie noch nicht als erloschen zu betrachten, denn die 25 im April zur Anzeige gelangten Masernerkrankungen sind im Mai schon wieder auf 50 gestiegen, indem hauptsächlich der Kreis II, der während der diesjährigen Epidemie bis jetzt fast gänzlich verschont geblieben war, plötzlich ein starkes Ansteigen der Erkrankungen aufwies. Der verspätete Nachschub wird sich, nach den bis jetzt gemachten Beobachtungen, auch in Zürich noch fühlbar machen, aber voraussichtlich nicht mehr durch Todesfälle, da den Kindern, welche jetzt an Masern erkranken, wenigstens die günstige Jahreszeit zu gute kommt, so daß Complicationen mit Lungenentzündungen wenig zu befürchten sind.

Die Zahl der zur Anzeige gelangten Scharlachfälle ist von 29 wieder auf 57 gestiegen und steht somit wieder auf der Höhe des Januar. Von der wieder erwachten Epidemie sind hauptsächlich die Kreise IV und V betroffen, die bis jetzt am meisten verschont geblieben waren. Hervorgehoben werden muß, daß auch im Januar nach den Schulferien, möglicherweise aber damals doch mehr begünstigt durch die Weihnachts- und Neujahrsfeierlichkeiten, eine deutliche Zunahme der Scharlachfälle stattgefunden hat, so auch diesmal wieder nach den Frühjahrsferien, wie ich dies schon im letzten Berichte bemerkt habe, ein vermehrtes Auftreten des Scharlachs hat constatiert werden müssen. Die Scharlacherkrankungen sind auch in dieser neuen Phase der Epidemie fast allgemein sehr leichte und scheint mir das Verschleppen und langsame Erlöschen der Epidemie dies Mal nicht wenig damit im Zusammenhang zu stehen, weil viele leichte Scharlachfälle nicht mit der nötigen Sorgfalt überwacht werden.

Die Zahl der Diphtherieerkrankungen in der Schweiz ist gegenüber den letzten Monaten um fast 100 Fälle kleiner geworden. Sie sank von 575 auf 488 Fälle. Das Hauptkontingent stellt immer der Kanton Bern, mit 176 Erkrankungen diesmal; ihm folgt die benachbarte Waadt mit 69. In allen übrigen Kantonen sind eine verhältnismäßig bedeutend kleinere Zahl von Diphtheriefällen bekannt geworden.

Schon im letzten Berichte mußten wir auf das Neuauftreten von Blattern im Waadtland aufmerksam machen. Nachdem in der ersten Hälfte Mai 8 Fälle angezeigt worden waren, trat wieder eine kleine Pause ein; seit Anfangs Juni mehren sich nun aber die Nachrichten über ein zahlreicheres Auftreten der Pocken an verschiedenen Punkten des Kantons Waadt. Besonders groß war die Zahl der Erkrankungen in Lausanne in der Woche vom 3.—8. Juni, in welcher Woche 29 Fälle signalisiert worden sind; die folgende Woche weist wieder sechs neue Fälle auf. Außerdem werden aus Genf und Plainpalais je ein Pockenfall gemeldet. In der Zeit vom 20. Mai bis 2. Juni 1900 sind zwei Todesfälle an Pocken im sanitarisch-demographischen Bulletin von Bern verzeichnet. Zum Teil aus bekannten Kreisen sind mir aus neuerer Zeit zwei weitere Todesfälle an Pocken aus der Waadt bekannt. Es muß einigermaßen befremden, daß über die Ausdehnung der Erkrankungen, über den Ursprung, über den Zusammenhang und das Umsichgreifen der entschieden genügend wichtigen Epidemie so wenig aus der Westschweiz von Amtswegen ꝛc. verlautet und sogar an amtlicher Stelle gar keine orientierenden Berichte bekannt gegeben werden.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Mai 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	15	7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	15	7	22	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	17	12	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	17	12	29	
III. Altersschwäche	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	2	1	.	.	.	2	5	7	
IV. Gewaltsamer Tod	1	.	.	.	.	.	.	.	4	.	6	2	1	.	3	.	.	.	.	.	.	.	.	.	15	2	17	Selbstmord 10, Unfall 7
V. Allgemeinkrankheiten	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	2	
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	Masern 1
Diphtherie	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Croupöse Lungenentzündung	1	2	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	1	1	.	.	1	2	2	.	.	.	1	.	7	5	12	
Tuberkulose der Lungen	1	2	1	2	1	.	1	2	6	3	7	4	5	4	2	.	1	.	.	.	.	.	.	.	25	17	42	
„ anderer Organe	4	1	3	2	.	.	1	.	.	.	1	1	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	10	5	15	Hirntuberk. 9; Knochentub. 1; Bauchfelltub. 3
Andere ansteck. Krankheiten	.	.	.	.	.	1	.	1	2	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	2	4	6	Rose 1, Kindbettfieber 1, Influenza 1, Starrkrampf 1.
VII. Krankh. der Atmungsorgane	8	5	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	2	.	.	.	1	.	.	9	8	17	Katarrh. Lungenentzündung 10
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	1	2	3	3	2	2	2	.	.	.	.	11	9	20	Arteriosclerose 2
IX. „ „ Verdauungsorg.	9	6	.	.	.	1	1	1	.	.	1	1	3	1	1	2	3	3	2	1	.	.	.	.	20	16	36	Kinderdiarrhoen 15, Krebs (Magen, Darm, Leber) 12
X. „ des Nervensystems	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	3	3	2	.	3	.	2	1	.	1	.	7	11	18	Hirnblutung 11
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	3	.	1	2	.	.	.	.	.	.	.	.	4	3	7	Nierenentzündung 5
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	3	.	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	5	5	Gebärmutterkrebs 3
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	1	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	
Total	57	38	6	4	1	2	3	4	13	5	17	9	16	13	14	13	9	12	6	11	3	2	2	.	147	113	260	

Fast besser scheint man Auskunft zu erhalten über die Vorgänge bei der Pest. Die Aussichten haben sich in keiner Weise seit dem letzten Berichte gebessert. Auch in Smyrna (Kleinasien) scheint die Pest nunmehr ihren Eingang gehalten zu haben, ein drohender Punkt mehr zu all' den andern uns benachbarten, verseuchten Seehäfen. Auch Oporto soll wieder einen Pestfall gehabt haben. Erinnern wir uns zugleich, daß auch die Cholera nicht nur in Britisch-Indien ganz bedenklich an Boden gewinnt, daß sie auch in Persien offenbar wieder um sich greift, und daß vor allem die gegenwärtig in China herrschenden Wirren mit ihren unabsehbaren Folgen sehr günstige Verhältnisse schaffen können zur Ausbreituug dieser schwersten Volksseuchen, so muß es jedem klar werden, wie ernst für Europa auch nach dieser Richtung gegenwärtig die Lage ist. A. M.

Witterung im Mai 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.											
		Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel					
								1—5	6—10	11—15	16—20	21—25	26—30
Zürich . .	493	11.6	—1.5	25.5	6.	2.3	16.	13.9	13.3	9.4	8.5	14.0	12.7
Basel . .	278	12.4	—1.1	25.0	6.	2.8	15.	14.8	14.6	8.7	8.9	14.6	13.6
Neuchâtel .	488	12.1	—0.9	23.1	23.	4.4	16.	13.5	12.8	10.1	9.7	13.8	13.7
Genf . .	405	12.6	—0.7	23.0	23.	5.7	17.	12.9	12.5	10.7	10.0	13.8	14.0
Bern . .	572	11.2	—1.2	22.3	6.	3.0	16.	12.8	12.5	9.2	8.7	13.2	12.5
Luzern . .	451	11.6	—1.3	22.9	23.	3.6	16.	13.0	13.2	9.9	8.3	13.9	13.5
St. Gallen .	703	9.9	—1.5	22.3	7.	1.0	16.	11.9	12.7	7.4	5.9	12.5	11.0
Lugano . .	275	14.7	—0.6	25.6	29	8.6	9.	15.4	14.0	13.3	14.5	15.6	17.6
Chur . .	610	11.7	—1.5	24.8	23.	4.0	16.	13.0	13 8	10.9	8.6	13.0	12.8
Davos . .	1557	6.7	—0.1	18.8	6. 23.	0.2	16.	6 9	8.1	6.9	5.7	8.5	7.3

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	717.2	75	83	—31	66	16	0	2	0	4	13	4
Basel . . .	735.8	72	53	—29	68	11	0	0	0	4	13	0
Neuchâtel .	717.5	72	74	—11	63	12	0	0	1	6	13	8
Genf . . .	724.3	70	73	—9	62	9	0	1	0	4	10	13
Bern . . .	710.3	70	83	—3	69	12	0	0	3	3	14	11
Luzern . .	720.9	73	152	40	70	18	0	3	0	4	17	1
St. Gallen .	699.7	74	127	—9	70	20	2	3	4	3	15	2
Lugano . .	734.4	76	261	84	60	19	0	1	0	5	12	0
Chur . . .	706.9	71	78	15	70	14	0	0	0	5	19	3
Davos . .	630.4	83	78	23	75	12	6	0	0	2	19	2

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 178, Basel 156, Bern 187, Genf 195, Lugano 210, Davos 142.

Wie seine Vorgänger März und April war auch der Mai wieder zu kühl und es ist nur einigen warmen Tagen im Anfang und letzten Drittel des Monats zuzuschreiben, wenn das Monatsmittel der Temperatur nicht mehr als 1—1½° unter dem langjährigen Durchschnitte lag. In der ersten Dekade stand letztere meist über der Normalen, dann aber trat am 8. ein fühlbarer Witterungsumschlag ein, der im Gefolge einer von Westen rasch über Centraleuropa sich ausbreitenden Depression vielfach trübe, unfreundliche, kühle Tage brachte; sehr kühl, mit

Digitized by Google

Temperaturen bis nahe an den Gefrierpunkt, war namentlich die Mitte des Monats, als ein im Nordwesten erschienenes Hochdruckgebiet, bei einem gleichzeitig im Süden ausgebreiteten Minimum, nördliche Winde herbeiführte; stellenweise kam in der Centralschweiz (Kt. Luzern) am 17. des Monats leichter Frostschaden vor. Die nördlichen Winde und kühle Witterung hielten in der ganzen zweiten Dekade an und erst mit Beginn der dritten besserte sich dieselbe etwas und trat für einige Tage wieder Erwärmung ein; der Rest des Monats war neuerdings trüb, kühl und regnerisch unter der Wechselwirkung hohen den Nordwesten bedeckenden Luftdrucks und einer flachen, über dem Süden gelegenen Depression. Die gesamte Niederschlagsmenge blieb hinter der Normalen im Norden und Westen des Landes etwas zurück, überschritt dieselbe dagegen in der Ost- und Südschweiz; durchwegs war auch die Bewölkungsziffer, namentlich für die Nordseite der Alpen, zu groß und erreichten demzufolge die Ergebnisse der Sonnenscheinregistrierungen die durchschnittlichen Werte nicht. Entsprechend der vorwiegend kühlen Witterung des diesjährigen Mai war die Gewitterthätigkeit ebenfalls sehr bescheiden.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Rüttihubelbad im Emmenthal, Station Walkringen, Bergdorf-Thun-Bahn. 736 m ü. M.
Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch i. Ranges. Verpflegung sehr gut.
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.
Eig. Niklaus Schüpbach. G 33

Rigi-Klösterli Hôtel Schwert
Notorisch mildester Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

HYGIAMA
Wertvolles Diäteticum in der Frauenpraxis, namentlich bei Gravidität und Lactation.
300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3.50.
Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 28
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtbg.)

St. Moritz-Oberengadin
HOTEL STEFFANI
1850 m ü. M. G 30
Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.
Der Besitzer: O. Steffani-Stoppani.

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.
Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Dépôts
Hauptdepot für den Bezirk Zürich und beide Seeufer bei Herrn G. Eichelberg, Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

mit Dr. Sedlitzky's Mutterlaugensalz oder patent. Badetabletten, welche natürliche
Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-
Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg, zu beziehen. Genaue Prospekte mit Indikationen, sowie Gratis-Proben für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: Soole-Inhalations-Pastillen mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen im Hause. 2 G

Visitkarten 100 Stück v. Fr. 2.— an, f. Elfenb.-Carton Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

Horgen. **Kurhaus Bocken** Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 38 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur „**Arche**" und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement „**Lilienberg**", 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Kanton Bern. 1105 m ü. M. **Lenk** **Kanton Bern.** 1105 m ü. M.

Hotel und Pension zur Krone.

Vielbesuchter Bade- und Luftkurort für Ruhe- und Erholungsbedürftige. Prachtvolle Aussicht auf Gletscher, Wasserfälle und Wiesen. Hübsche, grosse, sonnige Zimmer mit Balkonen. Pensionspreis Fr. 5. Benützung der stärksten Schwefel- und Eisenquellen, sowie der Bäder. Milch- und Molkenkur. Spiel- und Promenadenplatz mit Schatten. Mässige Touristenpreise. 39 G
Elektrisches Läutewerk und Licht.
Es wird bestens empfohlen.
Telephon. **Frau Zürcher-Bühler,** Propr.

Privat-Heilanstalt „Friedheim" Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter: **Krayenbühl,** Spezialarzt, nimmt **Geistes- und Nervenkranke** jeder Art auf. **Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten.** 8 G

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Hotel und Pension Johannesburg bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftsäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Th. Schröter, Sortiment, Zürich.

Für Aerzte und Kurgäste ist dieser Almanach ein unentbehrliches Auskunftsbuch, das über die klimatologischen Verhältnisse informiert und die Heilwirkungen jedes Kurortes der Schweiz eingehend behandelt.
Zu beziehen durch alle Buchhandlungen sowie durch G 32

Schweizer Reise- und Kur-Almanach

Von **Dr. Hans Lötscher.**
13. Auflage. 1900. **Elegant gebunden Fr. 5.—**

Th. Schröter, Verlag, in Zürich und Leipzig
Soeben erschienen:

MAGGI'S Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.*

Zwei Portionen feinster Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.*

Zu haben in den **Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.**

Gummiwarenfabrik H. Specker's Ww.

16 G **Zürich.**

Augen- und Nasen-Douchen, Sonden, Eisbeutel, Unterlagstoffe, Irrigateur, Spritzen aller Art, Urinal etc. **Anfertigung nach Zeichnungen und Angaben.** Operationsschürzen u. Gipsröcke.

Digitized by Google

✳ Das natürliche Rahmgemenge ✳

nach Prof. Dr. Biedert

ist die **einfachste, billigste** und **beste Kindermilch.** Bei **Verdauungsstörungen** jeder Art von **sehr gutem Erfolge.** Es wird franko ins Haus geliefert durch

Schönholzer-Fuchs, Köchlistrasse 35, **Zürich.**

→ Telephon 572. ← 37 G

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Eignet sich infolge minimalen Stärkegehaltes vortrefflich als Beikost für Säuglinge, zumal Eiweisstoffe, Nährsalze u. Fett in normalen Quantitäten vorhanden.

300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 29

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Grau-bünden **Kurhaus Cresta-Avers** 1949 M. ü. M.

Neu und komfortabel eingerichtet (27 Zimmer, 36 Betten).

Saisondauer: 15. Juni bis 15. September.

Avers gehört zu den besuchenswertesten Alpenthälern (Tschudi). Höchstes in Dörfern bewohntes Tal Europas. Mühelose, auf Stunden auszudehnende Spaziergänge. Hochgebirgstouren. **Mehrere lohnende Bergübergänge nach dem Engadin und Bergell:** Septimer-Cassacela, Lunghino-Maloja, Stallerberg-Stalla, Duana-Soglio, Madriserberg-Chiavonna. **Fahrpostverbindung** mit **Thusis** (Eisenbahnstation) und **Andeer.**

Prospekte gratis bis zum Beginn der Saison durch den Besitzer des Kurhauses: Joh. Wieland, Thusis, später durch die Kurhaus-Direktion, Cresta-Avers. 40 G

Druckarbeiten aller Art

Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe und Karten, Danksagungs- und **Traueranzeigen** etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die

Buchdruckerei TH. SCHRÖTER, Zürich.

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung **natürlicher Jodbäder im Hause.**

Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni

K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant

Wien

Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.

Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

VALS

Natürliches Mineralwasser in den Hospitälern gebraucht.

Saint-Jean. Magenleiden, Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden.

Précieuse. Leber, Steinleiden, Gallenleiden, Zuckerkrankheit, Gicht.

Dominique. Asthma, Bleichsucht, Schwäche.

Désirée. Steinleiden, Leibweh.

Magdeleine. Nierenleiden, Blasengriess.

Rigolette. Bleichsucht.

Impératrice. Magenleiden.

Geschmack angenehm. Gebrauch, eine Flasche täglich.

SOCIETE GÉNÉRALE des EAUX VALS (Ardèche)

Das beste

Abführmittel

ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.

Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 20 G

Unentbehrlich

für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 186

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die

Eisschrankfabrik

Ernst Schneider & Co.

Lagerstr. 55. Zürich III. Eingasse

Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.

Illustr. Preislisten zu Diensten.

Wie erhält man seinen Magen gesund?

Eine Hygiene des Magens

Von Dr. H. Leetscher, Zürich

Preis: 80 Cts.

Ein vortreffliches Buch, aus reicher Erfahrung entstanden, für Gesunde und Kranke sehr wertvoll. 5643

Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. Juli 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 13

Schweizerische Blätter
für
Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Reinlichkeit. — Erbarmt Euch wenigstens der Jugend! — Ratschläge zur Gesundheitspflege von Schülern. — Bürgerliches Turnen. — Schwimmunterricht der Schuljugend. — Volksbrausebäder. — Zum Kampf gegen die Kleiderschleppen. — Rindfleischthee. — Zur Nachahmung für viele Landgemeinden. — Insektenstift. — Inserate.

Reinlichkeit.*)

Der Leib des Armen sei reinlich und am Sonntag sei das Kleid auch des Aermsten ein reinliches Kleid. Die Sorge, welche die Vorzeit hiefür hatte, am Sonntag in der Kirche und im Haus immer reinlich zu erscheinen, war eine hohe, das Volk in der Wahrheit bildende Sitte.

Pestalozzi.

Erbarmt Euch wenigstens der Jugend!

Ein Wort an Eltern, Erzieher und Jugendfreunde von Nationalrat Ming, Arzt in Sarnen.

Ueberall in unserm Vaterlande sehen wir Gebäude erstehen, welche der Schule gewidmet sind. Ueberzeugt, daß die Gesundheit des Körpers Grundlage der Entwicklung eines gesunden Geistes sei, haben Aerzte und Naturforscher die Schulgesundheitspflege zur Spezialwissenschaft ausgebildet. Gemeinden und private Wohlthätigkeit wetteifern, durch eine gesunde Ernährung der ärmeren Schulkinder deren körperliche Entwicklung zu fördern. Und wenn es sich erst um die eigenen Kinder handelt! Jeder möchte sie gestärkt und gewaffnet wissen, damit sie einst die Kämpfe mit eigenen Leidenschaften nnd äußern feindlichen Mächten siegreich zu bestehen vermögen.

Folgerichtiges Handeln ist aber leider nicht die gewöhnlichste Tugend der Menschen. Könnten sonst solche, denen das Wohlergehen der vaterländischen Jugend so sehr am Herzen liegt, gleichgiltig zusehen, wie dieselbe Gefahren ausgesetzt wird, welche die Wirksamkeit der

*) Aus der trefflichen Sammlung: Denksprüche aus Pestalozzis Schriften. Zürich. Hofer und Burger, herausgegeben von der Kommission für das Pestalozzistübchen der permanenten Schulausstellung (Pestalozzianum) in Zürich.

Digitized by Google

aufgewendeten Opfer, Mühe und Sorgfalt zu vereiteln drohen? Wir zaudern nicht, solche Inkonsequenz allen denjenigen vorzuwerfen, welche die Jugend auf diese oder jene Weise — gewissenhaft begründete ärztliche Vorschrift ausgenommen — zum Genusse geistiger Getränke veranlassen, oder welche die ihnen zu Gebote stehende Macht, unter der Jugend eingerissene, verderbliche Trinksitten zu bekämpfen, nicht gewissenhaft benützen. Wir müssen sie beschuldigen, daß sie, — allerdings vielleicht ohne die Tragweite ihrer Handlungen zu ahnen — Glück und Wohlfahrt künftiger Geschlechter schwer gefährden.

Ein so harter Vorwurf bedarf der Begründung.

Die westschweizerische Mäßigkeitsgesellschaft „l'Espoir" hat an eine große Zahl Schweizerärzte die Anfrage gerichtet, ob nicht die vollständige Enthaltsamkeit vom Genusse geistiger Getränke den Kindern von Trinkern absolut notwendig sei, um sie davor zu bewahren, Opfer vererbter alkoholischer Anlagen zu werden. Eine sehr große Zahl von Aerzten hat diese Frage in überzeugtester Form bejaht. „Nichts vererbt sich so leicht," antwortete u. a. Professor Dubois in Bern, „wie diese nervöse Schwäche, dieser Mangel an geistiger und körperlicher Energie, welche sich nach Aufregung durch Alkohol sehnt. Die Abstinenz ist für solche Kinder so sehr notwendig, daß kein Arzt, und wäre er im übrigen noch so alkoholfreundlich, eine entgegengesetzte Meinung vertreten kann." In unserm Vaterlande muß wenigstens die 10. männliche Leiche im Alter über 20 Jahren als Opfer des Alkoholismus betrachtet werden. Daraus können wir schließen, welch' große Zahl von Kindern unter den durch Alkoholismus der Eltern verursachten erblichen Anlagen zu leiden habe, wie viele Kinder also der Abstinenz bedürfen, wenn sie nicht vom Fluche einer so traurigen Erbschaft niedergedrückt werden sollen.

Die weitaus größte Zahl der Aerzte ist aber ferner überzeugt, daß Kinder, die Anlagen zu Epilepsie, Veitstanz und Nervenkrämpfen haben, sowie Kinder geistig gestörter oder an nervösen Erkrankungen leidender Eltern durch Alkoholgenuß sehr gefährdet sind. Soll die „Nervosität", welche eine unser Zeitalter charakterisierende Krankheit breiter Schichten der Bevölkerung ist, gründlich verschwinden, so müssen wir die Kinder möglichst lange vor den geistigen Getränken bewahren.

Alle angefragten Aerzte gingen darin einig, daß gesunden Kindern geistige Getränke nie nützen, sondern immer nur schaden können, weil sie Nervosität erzeugen und die Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten abschwächen. Neuere Naturforscher und Aerzte bezeugen, gestützt auf angestellte Versuche, daß schon verhältnismäßige schwache Gaben Alkohol die Nerven schädigen und besonders im jugendlichen Körper deren Entwicklung hemmen.

Welche Störungen schon geringe Alkoholmengen erzeugen, zeigt folgender unter Aufsicht des geschätzten Kinderarztes Prof. Demme in Bern angestellte Versuch. Zwei Familienväter, welche bisher der Meinung gewesen waren, Wein stärke die geistige Arbeitskraft ihrer Kinder, hielten mehrere ihrer 10 bis 15 Jahre alten Schulkinder zuerst monatelang ganz ohne geistige Getränke, dann wurden dieselben mit mäßigen Weingaben ($^1/_8$ Glas leichten Weines bei den jüngern, $^1/_2$ bei den ältern je zum Mittag- und Abendessen mit Wasser gemischt) verpflegt. Der ständige Erfolg war, daß die Kinder während dem Zeitabschnitte, da sie Wein genossen, schläfriger, weniger aufmerksam, kurz nervöser waren, als zur Zeit der völligen Abstinenz. Die Eltern, welche ihren Kindern absolut Wein zur Stärkung geben wollen, „weil sie so streng lernen müssen", mögen aus diesem Beispiel die Ueberzeugung schöpfen, wie unrichtig sie handeln. Prof. Notnagel in Wien übertreibt darum kaum, wenn er die Verabreichung von geistigen Getränken an Kinder mit den schärfsten Worten verwirft und darauf hinweist, daß der Alkohol

Digitized by Google

heutzutage von Kindern umsomehr ferngehalten werden müsse, weil die moderne Erziehung das Nervensystem derselben sonst schon zu frühe und zu heftig in Anspruch nehme.

Wir besitzen Zeugnisse einer ganzen Reihe von Aerzten verschiedener Kulturländer, daß regelmäßige Verabreichung selbst geringer Mengen Alkohols beim Kinde Verdauungsstörungen, Krankheiten des Magens und der Leber, Epilepsie und drgl. verursachen könne und daß dadurch Wachstum und körperliche Entwicklung überhaupt wesentlich hintangehalten wird.

Oberflächliche und gleichgültige Leute beantworten solche Mahnungen gewöhnlich mit der Phrase: „Wenig macht wenig, ich gebe meinen Kindern nie zu viel, und so ein reales Glas Most oder Bier oder guten Weines kann einem gesunden Knaben oder Mädchen sicher nicht schaden.“ Viele Leute denken aber, wenn man von Alkohol redet, nur an Schnaps. Auch der Most enthält Alkohol und zwar 4—6%. Im leichten Tischwein haben wir 7—8%, im Bier 4—5%. Im Malaga sind 20 und mehr % Alkohol enthalten; ungefähr gleichen Gehalt haben die gewöhnlichen Liköre. Gewöhnlicher Schnaps besteht zur Hälfte aus Alkohol; Rhum und Cognac enthalten 60—70% Alkohol. Dieser ist der ganz gleiche schlimme Geselle, ob er im einen oder im andern Getränke hause. Ganz unzweifelhaft ist der Alkohol in jeder Gestalt, auch als leichtes Bier oder leichter Wein, ein Gift für das gesunde Kind. Er schädigt es schon deshalb, „weil er ihm den Geschmack an die Milch, dem wichtigsten Kindernahrungsmittel verdirbt und so seine Ernährung herunterbringt.“ (Prof. Thomas, Freiburg im Breisgau u. a.)

Was verstehst Du aber unter „zuviel“? Wo hört beim Kinde der mäßige Genuß auf? „Ja, wenn die Kinder nicht mehr richtig denken können, wenn sie z. B. eine etwas schwere Rechnung nicht mehr richtig zu lösen vermögen.“ Daß sie in diesem Fall zu viel getrunken haben, kann allerdings nicht bestritten werden; aber die Grenze des Erlaubten ist für das Kind schon viel früher gesteckt. „Für das Kind und den jugendlichen Menschen ist jede, auch die geringste Menge alkoholischer Getränke als Uebermaß zu betrachten“, sagt der Münchner Medizinprofessor Dr. Buchner.

Wir beobachten ja von Seite des Gehirnes eine gewisse Angewöhnung an die berauschenden Wirkungen des Alkohols; aber an die allmälig nervenzerstörenden und entartenden Wirkungen desselben kann weder das Gehirn noch ein anderes Organ sich gewöhnen. Das mögen alle Eltern sich merken, welche es als Zeichen der Kraft begrüßen, wenn ihre Buben scheinbar schon recht viel „Geistiges“ ertragen können. Bis etwa ins 20. Altersjahr, vielleicht noch etwas länger mögen schwer beunruhigende Erscheinungen ausbleiben; nun heißt es auf einmal: „Er fängt an zu trinken!“ Nein er fängt nicht erst an, er hat schon lange getrunken, aber die blinde Umgebung hat die erstarkende Leidenschaft und ihre Folgen nicht beachtet. Die schon im Kindesalter angenommene Gewohnheit, geistige Getränke zu genießen, ist eben zur Sucht angewachsen und unerwartet besitzen die Angehörigen einen Trunkenbold in der Familie, den sie durch Gleichgültigkeit und Unwissenheit selbst zu seinem und ihrem Verderben erzogen haben.

Der vor etwa zwei Jahrzehnten durch die Aerzte eingeführte Unfug, Kinder durch Cognac und Malaga zu stärken, ist glücklicherweise jetzt von ihnen verlassen. Aber in den Köpfen vieler Hebammen und anderer ratbereiter Frauen spuckt der Aberglaube an die stärkende Kraft dieser Getränke immer noch und schädigt viele Kinder schwer. Das Gleiche gilt von Eisenbitter, Eisencognac und andern pharmaceutischen Schwindeleien.

Wir bemerken mit Befriedigung, daß einzelne Mädchenpensionate nicht mehr als Empfehlung in ihre Prospekte die Versicherung aufnehmen, den anvertrauten Kindern werde zum Essen ein Glas Wein gereicht.

Digitized by Google

Es liegt überhaupt eine sträfliche Gedankenlosigkeit in der jetzigen Mode, den Kindern, so oft man ihnen eine Freude bereiten will, Wein oder Bier zu verabreichen. Sonst ernste und verständige Leute können bei solchen Gelegenheiten sich närrisch freuen, wenn sie einem Kinde „ein Räuschchen anhängen" können. Nach allem, was wir von den Wirkungen des Alkoholes wissen, müßten wir eine solche Freude eine teuflische nennen, könnten wir nicht der großen Unwissenheit mildernde Umstände zubilligen.

Ein arger Mißbrauch wird mit den sog. Schulspaziergängen getrieben. Ihren Kulminationspunkt bildet gewöhnlich eine Bewirtung mit Wein oder Bier. Ist's ein Wunder, wenn solche Anlässe nicht immer ohne Unfall ablaufen, oder wenn wenigstens allerlei Zufälle mitunterlaufen, welche den Lehrern nur Verdruß und den Kindern keine edle Freude bereiten? Ueberdies wird den Kindern auf solche Weise die Meinung eingepflanzt, ohne Trinken gebe es kein rechtes Vergnügen, sei gar kein Fest möglich. Warum klagt man über zunehmende Genußsucht, wenn man sie schon in der Schule züchtet?

Groß ist für die Kinder der Wirte die Gefahr, Opfer des Alkoholismus zu werden. Vielen Wirten fehlt die Kenntnis der Tücken des Alkoholes; sie fürchten höchstens den Rausch, ohne die Schäden zu beachten, welche schon der sogenannte mäßige Genuß zwar oft langsam, aber immer sicher zufügt.

Handwerksmeister und Bauern versündigen sich schwer an ihren Lehrjungen und jugendlichen Arbeitern, wenn sie dieselben unregelmäßig oder ungenügend ernähren und diesen Fehler dann durch geistige Getränke gutmachen wollen. Besonders gefährlich ist in dieser Beziehung die Nachtarbeit der Bäcker und anderer Gewerbe. In Berufen, welche ihre Produkte den Kunden ins Haus bringen, werden hiefür gewöhnlich die Lehrlinge verwendet, denen dann als Beweis des Wohlwollens auf ihren Gängen zu trinken verabreicht wird. Gewissenlose Wirte nötigen nicht selten geradezu solche jugendliche Boten schon Vormittags zum Trinken und drohen sogar mit Entzug der Kundschaft, wenn diese sich weigern, ihrer Einladung zu folgen. Kein Wunder, wenn der Alkohol in den Kreisen dieser Gewerbe schon so viele Opfer zählt!

Jugendlichen Sängern, Musikern u. s. w. glaubt man die zarteste Aufmerksamkeit zu bekunden, wenn man ihnen fleißig einen Trunk verabreicht. Man sagt von ältern Musikern oft, „sie haben die Leber auf der Sonnenseite". Wahrscheinlich ist ihnen diese Eigenschaft in den meisten Fällen schon in den Knabenjahren anerzogen worden.

In den Gegenden, wo der Most Volksgetränk ist, wird der Genuß desselben den Kindern mit unglaublicher Sorglosigkeit gestattet. Es gibt Familien, in denen die Mostflasche während des ganzen Tages zu jedermanns Verfügung auf dem Tische steht. Die Leute lachen demjenigen ins Gesicht, welcher sie aufmerksam macht, daß in dem „Möstli" eben doch ein nicht unbedeutendes Quantum (4—5%) des dem kindlichen Organismus schädlichen Alkohols enthalten sei. Erfahrene Schulmänner belehren uns, wie sehr die Geisteskräfte der jugendlichen „Mostköpfe" gelitten haben.

Eine wahre Pest ist für einzelne Gegenden der Schweiz der mit Schnaps vermischte schwarze Kaffee. Er wird stark mit Zucker versüßt und schmeckt dafür sehr bald Kindern, welche Branntwein mit Abscheu zurückweisen würden. Ganz kleinen Kindern wird gelegentlich der „Lutscher" in diesem Gebräu getunkt; größere Kinder gewöhnen sich durch eingetunktes Brot an dasselbe. Nicht selten muß man vernehmen, daß dieses Gift, mit der Ausrede, man habe keine Milch, Schulkindern als Mahlzeit verabreicht wird.

Das sind nur einige Beispiele der unverantwortlichen Gedankenlosigkeit und sträflichen Unwissenheit, mit der man außer der Schule die gleichen Kinder an Körper und Geist ver-

Digitized by Google

giftet, für deren körperliches und geistiges Gedeihen man in der Schule gewaltige Opfer bringt. Soll das so weitergehen? Gewiß nicht! Darum auf, ihr Gemeindevorsteher, ihr Seelsorger, Lehrer, Eltern und Jugendfreunde;*) versäumt nichts, was die große Gefahr, welche der Jugend von Seite der heutigen Trinksitten droht, abzuwenden geeignet wäre! Eltern und Lehrer, sowie alle, welche berufen sind, ihnen anvertrauten Kindern ein gutes Beispiel zu geben, können dieser Aufgabe nicht besser gerecht werden, als durch eigene vollständige Enthaltsamkeit von geistigen Getränken. Das herrliche Ziel, dem Vaterlande eine körperlich und geistig gesunde Jugend, eine künftige Generation zu erziehen, welche an Kraft und Gesundheit unsern Ahnen gleicht, ist gewiß ein solches Opfer wert. Bringen wir es!

Ratschläge zur Gesundheitspflege von Schülern.

Der Landesschulrat von Niederösterreich hat Ratschläge für die Gesundheitspflege von Schülern veröffentlicht, aus welchen wir folgende entnehmen:

Die Schüler sollen nach dem Erwachen nicht im Bette verweilen, sondern sofort aufstehen. Das nicht heiß zu genießende Frühstück werde ohne Hasten eingenommen (rechtzeitiges Aufstehen, um außerdem noch für das Waschen ꝛc. ausreichend Zeit zu haben). Nach dem Morgenessen ist, wie nach jeder Mahlzeit, das Gebiß tüchtig durchzuspülen.

Kommt der Schüler mittags nach Hause, so wasche er sich, wie vor jedem Mahle, die Hände. An Tagen mit Nachmittagsunterricht empfiehlt es sich, ihm nur eine leicht verdauliche und mäßige Mittagskost zu verabreichen. Nach dem Mittag- und Abendessen ist Rast von geistiger Arbeit geboten und heftige körperliche Bewegung zu vermeiden.

Das Abendessen sei ausgiebig und werde nicht kurz vor dem Zubettgehen, sondern mindestens zwei Stunden früher eingenommen; die passende Zeit richtet sich allerdigs auch nach Verdaulichkeit und Menge des Genossenen.

Ueberhaupt sei die Kost reizlos, gemischt, abwechslungsreich; Leckereien und Näschereien sind mindestens überflüssig und sollen von den Schülern keineswegs auf dem Schulwege gekauft werden. Rohe Nahrungsmittel (roher Speck, rohe Milch u. s. w.) sind, frisches Obst ausgenommen, durchaus zu vermeiden. Die Mahlzeiten mögen zu bestimmten Stunden eingenommen, ohne Hast verzehrt und feste Speisen gut gekaut werden. Es ist ein vielfach verbreiteter Irrglaube, daß geistige Getränke kräftigen; sie sollten — außer auf ärztliche Anordnung im Sinne eines Medikamentes — Schülern überhaupt nicht verabreicht werden, namentlich nicht Wein oder gebrannte Getränke, und ganz besonders nicht den Schülern der unteren Klassen; ebenso sind starke Erregungsmittel (starker Kaffee oder Thee) vom Uebel. Das Tafelgetränk sei Wasser. Für den Schulgebrauch sollte jeder Schüler seinen eigenen Trinkbecher mitbringen und denselben nicht ausborgen.

Der Tabakgenuß greift leider unter den Schülern immer mehr um sich und auf immer jüngere Altersklassen über; erfahrungsgemäß bildet hier die verbotene Frucht den Hauptreiz; es sei dem Takte der Eltern und Pfleger überlassen, die nach der Individualität des Schülers geeigneten Mittel zu wählen, um dem vorzeitigen Rauchen wirksam zu begegnen.

Es ist gesundheitlich von Nutzen, den Schüler an eine bestimmte Stunde außerhalb der Schulzeit zur Stuhlentleerung zu gewöhnen. (Gewöhnung dazu am Morgen am besten!)

*) Der geehrte Verfasser hätte auch noch die Aerzte anzurufen nicht unterlassen sollen. (Red.)

Digitized by Google

Vor dem Schlafengehen können Armbewegungen mit Hanteln oder Stäben oder ohne solche empfohlen werden. Ferner wasche sich der Schüler gründlich mindestens Gesicht, Hals und Hände, putze das Gebiß mit einer weichen Bürste von den Zahnhälsen gegen die Kronen, sowie die Kronen selbst, und gurgle. Wenn irgend thunlich, studiere der Schüler nach dem Abendessen nicht mehr, sondern betreibe eine leichtere, selbstgewählte Beschäftigung. Vor aufregenden oder spät in die Nacht andauernden Vergnügen, auch vor aufregender Lektüre muß auf das entschiedenste gewarnt werden.

Der Schlafbedarf ist zwar individuell durchaus nicht gleich, durchschnittlich aber kann man für die fraglichen Altersstufen rechnen: 11. Lebensjahr 10 bis 11 Stunden, 12. und 13. Lebensjahr 10 Stunden, 14. Lebensjahr $9^1/_2$ Stunden, 15. und 16. Lebensjahr 9 Stunden, 17. und die folgenden Lebensjahre $8^1/_2$ Stunden; dementsprechend wäre die Stunde des Nachtmahles und des Zubettegehens zu regeln. Es ist gut, die Kinder daran zu gewöhnen, die Hände beim Schlafen über der Bettdecke zu haben.

Das Kind und der aufwachsende Jüngling sollen täglich einige Freizeit sowohl ausgiebiger Bewegung, namentlich solcher in freier Luft (Bewegungsspiele, Eislauf u. s. w., ohne Uebertreibung), widmen, als auch einige Zeit behalten, um sich mit passenden, selbstgewählten Beschäftigungen (Lektüre, Musik, Handarbeit) zu befassen; dies ist zum körperlichen Gedeihen und zur Entwicklung einer kraftvollen Individualität in jedem Sinne zu wünschen. Andererseits stellt z. B. die Realschule (mancherorts der Sekundarschule gleichbedeutend. Red.) an die Schüler hohe Forderungen bezüglich der Leistungen, ganz besonders in den oberen Klassen; es ist daher auf das ernstlichste davon abzuraten, Schüler von mittlerer Begabung noch mit anderer Zwangslernarbeit zu belasten (Musik, andere Fremdsprachen als die in der Schule behandelten), und Kinder, welche den Schulforderungen allein nur mit Aufwendung aller freien Zeit oder gar mit Verkürzung des Schlafes zu entsprechen vermögen, dennoch zum Studium zu zwingen. Solches wird auf Kosten des wertvollsten Gutes für die Zukunft, der Gesundheit, geschehen. Nach überstandenen Krankheiten soll die Arbeit nicht forciert, sondern der Schüler geschont werden. Rast nach der Mittag- und Abendmahlzeit und genügender Schlaf sind keine Zeitvergeudung; im ermüdeten Zustand, oder wenn der Organismus nach vorhergegangener Anstrengung die Verdauungsarbeit leistet, wird das Studieren entweder einen sehr geringen Erfolg haben oder auf Kosten der natürlichen Körperentwickelung geschehen müssen. Wenn der Schüler arbeitet, möge darauf gesehen werden, daß er ernst bei der Sache ist. Derart kann manche nutzlos verbrachte Sitzstunde gespart werden.

Bürgerliches Turnen.

Ein kräftiges Wort hat der Berichterstatter über die Thätigkeit des Bürgerturnvereins in Chur ausgesprochen:

„Wollen wir dem Turnen seinen Reiz, seinen idealen, gesundheitlichen und erzieherischen Wert erhalten, so muß dasselbe auf volkstümliche Wege geleitet werden. Abrüsten mit dem überflüssigen Preis-Wettturnen, für das Leben und nicht für Feste turnen."

Schützt Euch vor Verzärtelung, vor Stubenwärme und Haaröldust, pflückt die Blume der Energie und Thatkraft in Gottes freier Natur. Sinn und Geist fürs Ideale und Gute keimt, dem Edelweiß gleich, nur in gesundem Erdreich."

Digitized by Google

Schwimmunterricht der Schuljugend.

Dem so gesunden und nützlichen Schwimmunterricht der Schuljugend wird in manchen Ortschaften mit günstigen lokalen Wasserverhältnissen für das erfrischende, kräftigende und abhärtende Baden in See und Fluß in den letzten Jahren mit Recht vermehrte Aufmerksamkeit geschenkt. Schon wiederholt haben auch pädagogische Kreise, in welchen die nötige Einsicht für die leiblichen Bedürfnisse des Schulkindes vorhanden ist, nicht nur die Vermehrung des Turnens um mindestens eine Stunde wöchentlich verlangt, sondern auch auf das Schwimmen aufmerksam gemacht. So äußerte sich die Turnlehrerversammlung in Salzburg: „Der Schwimmunterricht bildet einen wesentlichen Bestandteil der körperlichen Erziehung der Jugend und soll womöglich von seiten der Schule geregelt und beaufsichtigt werden." Die sächsische Schuldirektorenkonferenz in Magdeburg erklärte: „Die Schule hat die Verpflichtung, die Errichtung geeigneter Schwimmanstalten und die Teilnahme der Schüler am Schwimmunterricht zu befördern und nötigenfalls die Aufsicht bei demselben zu übernehmen. Bei besonders günstigen lokalen Verhältnissen kann sie auch den Schwimmunterricht dem gymnastischen Unterricht der Schule einfügen und für normal entwickelte, hinlänglich gekräftigte Schüler obligatorisch machen." In der That sind die Vorteile des Schwimmens, wie in der „Zeitschrift für Schulgesundheitspflege" ausgeführt wurde, bedeutend. Wie das Wannen- und lauwarme Brausebad, dient das kalte Bad zur Reinigung und Gesunderhaltung der Haut, verdient aber vor beiden den Vorzug deshalb, weil es zugleich den Körper stärkt, abhärtet und widerstandsfähiger macht. Dadurch ist es außerordentlich geeignet, der zunehmenden Nervosität, namentlich unter den Frauen und Jungfrauen der größeren Städte, entgegenzuarbeiten. Deshalb würde die Einführung des Schwimmens an den Mädchenschulen*) von den segensreichsten Folgen begleitet sein. Die rhythmischen Bewegungen des ganzen Körpers beim Schwimmen erhöhen die Thätigkeit der Lungen und des Herzens, erweitern den Brustkorb; sie sind hervorragende und wertvolle gymnastische Bewegungen nicht nur für die Muskulatur und die Atmung, sondern auch für den Knochenbau, weshalb sie für die Orthopädie mit Nutzen verwendet werden. Nirgends ist die Bewegung des Körpers eine so freie, wie im Wasser. So hätten wir im Schwimmen einen Sport gefunden, der die Nachteile des Turnens, welche durch staubige Luft in geschlossenen Räumen entstehen, vermeidet und mit seinen Vorzügen die Hautpflege und Erfrischung in derjenigen Jahreszeit verbindet, wo man der großen Hitze wegen zum Turnen weniger aufgelegt ist. Wenn aber die Einführung des letzteren als eines Gegengewichts gegen die geistige Anstrengung der Schüler für nötig gehalten wurde, so sollte man sich um so weniger besinnen, das Schwimmen einzuführen, welches wertvoller ist als Turnen. Es muß als eine traurige Thatsache bezeichnet werden, daß in den meisten, selbst größeren Städten Deutschlands im Winter überhaupt kein Schwimmbad vorhanden ist. Sogar in Berlin gelingt es nur einigen Badeanstalten, ihr Schwimmbecken den Winter hindurch offen zu halten. Ein kaltes Bad auch in dieser Jahreszeit ist eben nur dem ein Genuß und Bedürfnis, der sich von Jugend auf daran gewöhnt hat, der zu schwimmen versteht. Um also die Wohlthaten des kalten Bades unserem Volke zukommen zu lassen, müssen wir das Schwimmen in die Schule einführen. Uebrigens ist die Forderung einer Schwimmanstalt für die Schulen keine größere, als es seiner Zeit diejenige von Turnhallen war. Sind letztere von der vorigen Generation geleistet worden, so kann das jetzige und zukünftige Geschlecht auch Schwimmanstalten bauen. Man wird dann

*) Dies ist, allerdings nur fakultativ, z. B. in den Schulen der Stadt Zürich seit einigen Jahren mit gutem Erfolg, wie die Schwimmexamen lehren, geschehen. Red.

Digitized by Google

weniger Krankenhäuser zu errichten haben. So lange die Schulen noch keine eigenen Bäder haben, könnten im Sommer die vorhandenen Schwimmanstalten benutzt werden, falls letztere nicht zu weit von der Schule entfernt liegen. Der Schwimmunterricht müßte dann auf den Vormittag verlegt werden, wo von 8 bis 11 Uhr manche Badeanstalten oft fast gar nicht besucht sind. Die Schüler werden, wenn sie nach den wissenschaftlichen Stunden von 7—9 um 9 Uhr Schwimmen haben, dem Unterricht von 10—12 Uhr mit um so größerer Frische folgen und so den durch das Bad entstandenen Zeitverlust wieder einholen. Auch das Turnen fällt ja vielfach mitten in den Vormittagsunterricht. Selbst nachmittags könnten die Schwimmbecken an einigen Tagen der Woche etwa von 3—5 Uhr für Schüler reservirt werden, ohne das Privatpublikum sehr zu benachteiligen, ein Vorschlag, den schon der Bonner Arzt Dr. F. A. Schmidt gemacht hat. Aber auch ohne obrigkeitliche Verfügung und trotz der geringen Anzahl von Schwimmanstalten läßt sich das Schwimmen verbreiten, wenn die Lehrer so vorgehen, wie es der hygienische Ausschuß des Berliner Lehrervereins thut. Für jede Schule übernimmt es hier ein Lehrer, bei dem Leiter einer benachbarten Schwimmanstalt möglichst günstige Abonnementsbedingungen für die Schüler zu erlangen. Dies Abonnement kann der Besitzer des Bades ziemlich niedrig ansetzen, da sich die Anzahl der badenden Schüler durch die Vermittelung des Lehrers bedeutend steigern wird. Jedenfalls hat sich die Sache vielfach bewährt.

Bei dieser Gelegenheit machen wir noch auf die Verbesserungen des von uns schon in einem früheren Jahrgang (1895) beschriebenen Schwimmgürtels „Aegir" von Prager nach dem System der Luftbüchsen aufmerksam. In der neuen Konstruktion sind die lufthaltigen Blechbüchsen kleiner, mehr dem Körper angepaßt; die Büchsen mit Lötfett verschlossen, so daß sie nicht mehr rosten können und anstatt mit Schnüren, mittels Drahtringen aneinander befestigt, wodurch die Beweglichkeit des Gürtels vermehrt wird. Er schmiegt sich der Brust besser an und ist bedeutend bequemer zu tragen. Die Tragkraft des Prager'schen Schwimmapparates ist doppelt so groß als diejenige des gewöhnlichen Korkgürtels und können wir Eltern, die für ihre Kinder eine Vorrichtung zum Erlernen der so gesunden und nützlichen Schwimmkunst anschaffen wollen, den Luftbüchsengürtel von Prager nach eigener Erprobung bestens empfehlen. In der neuen Zürcher Schwimmhalle wird nur dieser Apparat benützt.

Volksbrausebäder.

Der Regierungsrat von Baselstadt legte dem Großen Rat die Pläne für den Bau eines Brausebades auf dem Areal an der Ecke der Austraße und des Spalenringweges zur Genehmigung vor. Die Kosten für diesen Bau sind einschließlich Mobiliar, jedoch ohne Bauplatz, auf 114,000 Fr. veranschlagt. Der Bauplatz wird von der Zentralbahn unentgeltlich abgetreten. Basel hat bereits ein sehr hübsches Volksbrausebad am Klaragraben.

Zum Kampf gegen die Kleiderschleppen.

In Nr. 21 der „Berliner medizinischen Wochenschrift" ist folgender Notschrei an Frauen und Jungfrauen über die Kleiderschleppen ausgestoßen worden:

Es ist uns eine Notiz zugegangen von der „Zentralstelle für Staubbeseitigung in Wohnungen, Schulen, Arbeitsstätten und Verkehrsräumen", in welcher ein staubfangender Oelanstrich unter dem Namen „Dustless" (Staublos) empfohlen wird. Die Sache mag gut sein, wir haben darüber kein eigenes Urteil. Worüber aber nicht nur wir, sondern jedermann sein

Digitized by Google

verdammendes Urteil hat und haben muß, das ist die Unsitte der Schleppen an den Damenkleidern, eine Modethorheit, die geradezu allem Hohn spricht, was die Aerzte und Hygieniker seit Jahren über die Schädlichkeit des Staubes und Straßenschmutzes predigen. Wenn man sieht, wie eine schleppentragende Dame ganze Wolken von Staub aufwirbelt, welcher Schmutz an der Unterseite der Röcke sitzt, den die Schönen mit sich herum und in ihre Behausung schleppen, wenn man bedenkt, was alles in den letzten Jahren über die Verbreitung von Ansteckungskeimen, vor allem der Tuberkelbazillen durch Staub und eingetrockneten Auswurf veröffentlicht wurde, und man überlegt, daß das alles von dem Tyrannen Mode in den Wind gesprochen und verweht ist, so möchte man an der Einsicht der Menschen verzweifeln, und mit dem bekannten Hauspoeten ausrufen: „Der Mohr bleibt schwarz, der Thor bleibt dumm, das ist ihr Privilegium." Wenigstens sollten doch die Männer, vor allem die Aerzte mit aller Entschiedenheit den Kampf gegen diese Unsitte aufnehmen und soviel durchzusetzen suchen, daß die Damen auf der Straße und besonders auf der Reise sogenannte fußfreie Kleider tragen. Aber leider ist der Herr der Schöpfung, was die äußere Erscheinung seiner besseren Hälfte anbetrifft, meistens mehr als unselbständig. Hoffen wir, daß die großen Pariser Modekünstler wieder kurze Kleider dekretieren. Das ist der einzige Weg, hier Abhülfe zu schaffen."

Die Redaktion des „Berliner Tagblattes" machte zu obiger Klage folgendes Anhängsel: „Jedes Wort ist zu unterschreiben. Eine Pflicht der Tagespresse aber ist es, den von der medizinischen Presse unternommenen Kampf gegen die gefahrbringende Modethorheit der Schleppenkleider mit allen ihr zu Gebote stehenden Mitteln ebenfalls zu beginnen und den medizinischen Fachblättern treu und thatkräftig beizustehen. Vielleicht erweist sich die weibliche Vernunft doch stärker als die Modedummheit.

Rindfleischthee (Beef-tea).

Für Fieberkranke, namentlich bei längerer Dauer des Fiebers, bei Genesenden und Geschwächten verordnet der Arzt hie und da Fleischthee als kräftigendes, leichtverdauliches und belebendes Nährpräparat. Wir geben hier zwei Rezepte dafür:

1) Man nimmt $^1/_2$ Kilogramm, also 1 Pfund fettloses Rindfleisch, zerschneidet es ganz fein, bringt es mit 1 Liter Kaltwasser in ein Kochgefäß, kocht es zwei Stunden langsam, seiht die Brühe ab, preßt den Rückstand noch aus und salzt etwas.

2) $^1/_2$ Kilo von Fett befreites Rindfleisch (am besten Filet, Rumpfstück,) wird in kleine Würfel zerschnitten, mit 1 Liter Kaltwasser in einem Kochtopf auf dem Wasserbad (in einem größeren Gefäße eingestellt) zwei Stunden lang gekocht. Darauf nimmt man das Fleisch heraus, zerquetscht es in einem Mörser, bringt es in das Kochgefäß zurück, kocht nochmals eine Stunde, fügt eine Prise Salz hinzu und seiht durch ein feines Haarsieb durch.

Zur Nachahmung für viele Landgemeinden.

Die thurgauische Gemeinde Weinfelden hat beschlossen, zur Ermöglichung einer besseren Pflege des Schul- und Vereinsturnens eine Turnhalle im Kostenvoranschlage von 35,000 Franken zu erstellen.

Digitized by Google

Insektenstift.

Als ein bequem auf Reisen mitzuführendes Mittel gegen Insektenstiche aller Art hat die Firma Wiskemann-Knecht in Zürich einen Insektenstift in silberner Hülse herstellen lassen, welcher den gegen das Gift des betreffenden Insekts, seien es Bienen, Wespen oder Stechmücken 2c. wirksamen krystallisierten Salmiak enthält. Die gestochene Hautstelle wird sofort nach dem Stiche mit etwas Speichel, wo kein Wasser vorhanden ist, befeuchtet und mit dem Krystall eingerieben. Dadurch verhütet man Schmerz und Schwellung. In dieser Form ist der kleine Gebrauchsgegenstand zur Samariterhilfe gegen die Verletzungen obgenannten Ursprunges viel bequemer als das Mitführen von flüssigem Salmiakgeist. Als Breloque kann er an Uhrketten angehängt werden und ist dann im Notfall sofort bei der Hand. Der Preis ist 2 Franken.

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 38 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Hotel und Pension Johannesburg
bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftssäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Kanton Bern. Lenk Kanton Bern.
1105 m ü. M. 1105 m ü. M.
Hotel und Pension zur Krone.

Vielbesuchter Bade- und Luftkurort für Ruhe- und Erholungsbedürftige. Prachtvolle Aussicht auf Gletscher, Wasserfälle und Wiesen. Hübsche, grosse, sonnige Zimmer mit Balkonen. Pensionspreis Fr. 5. Benützung der stärksten Schwefel- und Eisenquellen, sowie der Bäder. Milch- und Molkenkur. Spiel- und Promenadenplatz mit Schatten. Mässige Touristenpreise. 39 G
Elektrisches Läutewerk und Licht.
Es wird bestens empfohlen.
Telephon. **Frau Zürcher-Bühler,** Propr.

Privat-Heilanstalt „Friedheim“ Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl, Spezialarzt, nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8G

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am **Zürichsee**

Rüttihubelbad im Emmenthal, Station Walkringen, Bernisch-Thun-Bahn.
Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige. 736 m ü. M.
Milch i. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 33
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.
Eig. Niklaus Schüpbach.

Rigi-Klösterli 840 **Hôtel Schwert**

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Wie erhält man seinen Magen gesund?

Eine Hygiene des Magens
Von Dr. H. Leetscher, Zürich
Preis: 80 Cts.

Ein vortreffliches Buch, aus reicher Erfahrung entstanden, für Gesunde und Kranke sehr wertvoll. 5843
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Ergänzt, der verdünnten Kuhmilch zugesetzt, am besten deren herabgesetzten Nährwert. Diätet. Therapeuticum bei **Rhachitis, Scrophulose u. Cholera infantum.**

300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2 85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 28

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtthg.)

Orell Füssli, Verlag, Zürich.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett Preis 75 Cts.
Die Fehlgeburt „ 75 „
Den Frauen gewidmet von Prof. Dr. **Spöndly**, Hebammenlehrer in Zürich. G41

Die Krankenernährung und Krankenküche v. A. Drexler.
Diätischer Ratgeber. 90 Cts.
103 Rezepte Engl. Puddings u. Cakes f. die deutsche Küche.
Von **Anna Rieter.**
2. Auflage Fr. 1.20
Vorrätig bei **Th. Schröter's**, Sortim. **Zürich**, Seidengasse 7.

Blechschwimmgürtel „AEGIR"

für **Kinder, Damen** und **Herren.** Neueste, verbesserte Ausführung. Sehr leicht und absolut zuverlässig. ◆ Man verlange Prospekt. ◆
Zu haben bei **D. Dennler**, Seiler, **Sonnenquai 12.** 42G
Versandt nach auswärts durch **H. Prager, Zürich V.**

VALS

Natürliches Mineralwasser in den Hospitälern gebraucht.

Saint-Jean. Magenleiden, Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden.
Precieuse. Leber, Steinleiden, Galle, Zuckerkrankheit, Gicht.
Dominique. Asthma, Bleichsucht, Schwäche.
Désirée. Steinleiden, Leibweh.
Magdeleine. Nierenleiden, Blasengries.
Rigolette. Bleichsucht.
Impératrice. Magenleiden.

Geschmack angenehm. Gebrauch, eine Flasche täglich.
SOCIETE GENERALE des EAUX, VALS (Ardèche).

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur **„Arche"** und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement **„Lilienberg"**, 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**

Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

---

Bad Buchenthal

Wasserheilanstalt u. Sanatorium Kt. St. Gallen (Schweiz).
Elektr. Licht. Eisenbahnstation **Uzwyl** der V. S. B. Telephon.

Die vollkommensten Einrichtungen für das gesamte **Wasserheilverfahren**

Elektrotherapie	**Wellenbäder**	**Schwimmbäder**
Heilgymnastik	**Dampfbäder**	**Elektrische Bäder**
Massage	**Bettdampfbäder**	**Diätetische sowie**
Fangotherapie	**Sonnenbäder**	**Entziehungs-Kuren**

Mässige Preise. Prospekte gratis
durch den Besitzer: **J. Rogenmoser.** und leitenden Arzt: **Rob. Vogt**, Arzt aus Bern. 13 G

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel,** elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl.
Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation

Digitized by Google

HYGIAMA

Eine Bereicherung der Krankenkost, vor allem bei Magen- und Darmleiden, Typhus abdom., Verdauungschwäche, Reconvalescenz.
300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3.50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 25
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtthg.)

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passug u. Depôts
Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eicheiberg**, Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

✱ Das natürliche Hahmgemenge ✱

nach Prof. Dr. Biedert

ist die **einfachste, billigste** und **beste Kindermilch.** Bei **Verdauungsstörungen** jeder Art von **sehr gutem Erfolge.** Es wird franko ins Haus geliefert durch

Schönholzer-Fuchs, Köchlistrasse 35, **Zürich.**

Telephon 572. 87 G

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen
kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen
feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Gran-bünden Kurhaus Cresta-Avers 1949 M. ü. M

Neu und komfortabel eingerichtet (27 Zimmer, 36 Betten).
Saisondauer: 15. Juni bis 15. September.
Avers gehört zu den besuchenswertesten Alpenthälern (Tschudi). Höchstes in Dörfern bewohntes Tal Europas. Mühelose, auf Stunden auszudehnende Spaziergänge. Hochgebirgstouren. **Mehrere lohnende Bergübergänge nach dem Engadin und Bergell:** Septimer-Cassaccia, Lunghino-Maloja, Stallerberg-Stalla, Duana-Soglio, Madriserberg-Chiavonna. **Fahrpostverbindung** mit **Thusis** (Eisenbahnstation) und **Andeer.**
Prospekte gratis bis zum Beginn der Saison durch den Besitzer des Kurhauses: Joh. Wieland, Thusis, später durch die Kurhaus-Direktion, Cresta-Avers. 40 G

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung
natürlicher Jodbäder im Hause.
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G
Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

Gummiwarenfabrik H. Specker's Ww.

16 G **Zürich.**
Augen- und Nasen-Douchen, Sonden. Eisbeutel, Unterlagstoffe, Irrigateur, Spritzen aller Art, Urinal etc. **Anfertigung nach Zeichnungen und Angaben.** Operationsschürzen u. Gipsröcke.

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI

1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.
Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18 G

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. August 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 14

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Fortschrittliche Bestrebungen für die Schulgesundheitspflege. — Das Desinfektionsgesetz in Davos. — Giftschlangen in der Schweiz. — Eiereiweißwasser. — Der eingebildete Kranke. — Witterung im Juni 1900. — Gesundheitszustand im Monat Juni 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Juni 1900 in Zürich Verstorbenen. — Neue schweizerische Litteratur über Reise- und Kurwesen. — Inserate.

Fortschrittliche Bestrebungen für die Schulgesundheitspflege.

Für den Kanton Zürich ist im April dieses Jahres in Ausführung des vom Volke im Juni 1899 angenommenen neuen Schulgesetzes auch eine frische Verordnung betreffend das Volksschulwesen erschienen. In derselben findet die Schulgesundheitspflege die ihr vermöge der großen praktischen Wichtigkeit des Gegenstandes zukommende Berücksichtigung. Im Gesetze waren u. a. folgende, fortschrittliche gesundheitlich wichtige Grundsätze aufgenommen worden:

Die Schulbehörden und Lehrer haben darüber zu wachen, daß die Schüler nicht durch anderweitige Arbeiten in und außer dem Hause übermäßig angestrengt und daß sie nicht in ungebührlicher Weise vernachlässigt werden.

An die Ausgaben, welche der Schulkasse aus der Fürsorge für Nahrung und Kleidung armer Schulkinder erwachsen, werden Staatsbeiträge verabreicht. In gleicher Weise kann der Staat die Verbringung schwächlicher Schüler und Schülerinnen in Ferienkolonien unterstützen:

§ 52. Der Regierungsrat wird zeitweise ärztliche Untersuchungen der gesundheitlichen Verhältnisse der Schulen und des Gesundheitszustandes der Schulkinder anordnen. Das Nähere wird durch Verordnung bestimmt.

Unterrichtsanstalten für verwahrloste, schwachsinnige, taubstumme, epileptische, skrophulöse oder rhachitische Kinder werden mit angemessenen Staatsbeiträgen unterstützt, sofern sie den staatlichen Anforderungen genügen. Solche Anstalten können vom Staate selbst übernommen oder errichtet werden. Im Falle des Bedürfnisses können auch Staatsbeiträge an die Kosten der Versorgung einzelner Kinder verabreicht werden.

Zu dem neuen, in mancher Beziehung bemerkenswerten und für andere Kantone in einzelnen Punkten auch prinzipiell wegweisenden zürcherischen Schulgesetz hatte die Redaktion der

Digitized by Google

„Zeitschrift für Schulgesundheitspflege", Prof. Erismann in diesem Organ folgende Glossen gemacht:

Abgesehen von der Erweiterung der Volksschule um ein siebentes und achtes Schuljahr, was eine tiefgreifende Aenderung gegenüber dem Bestehenden bedeutet, enthalten die gesetzlichen Bestimmungen mehrere in gesundheitlicher und sozialer Beziehung wichtige Neuerungen. Das Gesetz bringt namentlich eine erhöhte Fürsorge für alle diejenigen Kinder, die durch körperliche oder geistige Gebrechen ausgeschlossen sind von der Schule, in welcher ihre körperlich und geistig gesunden Altersgenossen den Unterricht erhalten. Die schwachsinnigen, die blinden, tauben, skrophulösen und rhachitischen, die geistig und körperlich minderwertigen Kinder bedürfen einer solchen Fürsorge, die leider bis jetzt nicht in einem genügenden Maße vorhanden war. Es ist Pflicht der Gesamtheit, Pflicht des Staates, diesen armen Geschöpfen eine Erziehung zuteil werden zu lassen, die ihren Kräften und Fähigkeiten angemessen ist und diejenigen Bedingungen in sich trägt, welche sie dazu befähigen, derartige Kinder soweit zu bringen, daß sie der menschlichen Gesellschaft nicht zur Last fallen. Das neue Schulgesetz bestimmt, in richtiger Würdigung dieser Pflicht, daß der Staat an Unterrichtsanstalten, in denen solche Kinder ihre Erziehung erhalten, angemessene Beiträge zu leisten habe. Das ist allerdings noch nicht sehr viel und es wäre richtiger, wenn der Staat selbst die Erziehung minderwertiger Kinder in allen Fällen in die Hand nähme; aber es bedeutet immerhin eine prinzipielle Anerkennung der moralischen Verpflichtung des Staates und einen ersten, wichtigen Schritt auf einem bis jetzt wenig betretenen Gebiete.

Allzuwenig bietet das neue Gesetz in Bezug auf die hygienische Aufsicht in den Volksschulen. Der § 52 desselben (siehe oben) gibt nur dem Regierungsrate das Recht, zeitweise ärztliche Untersuchungen der gesundheitlichen Verhältnisse der Schulen und des Gesundheitszustandes der Schulkinder anzuordnen, stellt aber die Ausübung dieses Rechtes ganz dem Gutdünken der Behörde anheim. Es wurde also bei Beratung des Gesetzes im Kantonsrat die Eingabe der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich unberücksichtigt gelassen, in welcher der Wunsch ausgesprochen war, es möchte ein Paragraph folgenden Inhaltes in das neue Schulgesetz aufgenommen werden: „Es sollen durch Aerzte periodische Untersuchungen des Gesundheitszustandes der Schulkinder und der gesundheitlichen Verhältnisse der Schulen vorgenommen werden."

Wir unterstützen ganz diese berechtigte Kritik des neuen Schulgesetzes und halten dafür, daß die Aerzte unentwegt auch fürderhin kräftig und einträchtig eine angemessene Lösung der überall dringlichen Schularztfrage verlangen dürfen, ja sogar sollen. Und zwar nicht nur für städtische, sondern auch für ländliche Verhältnisse, denn gerade diese letzteren sind in schulsanatorischer Beziehung immer noch oft sehr mangelhaft und verbesserungsbedürftig.

(Schluß folgt.)

Das Desinfektionsgesetz in Davos.

Einen sehr bemerkenswerten Fortschritt zur Verhütung der Uebertragung ansteckender Krankheiten, speziell der Lungentuberkulose, hat vor kurzem die Landsgemeinde in dem von so vielen Lungenkranken zum Kuraufenthalt benutzten Davos durch Erlaß eines Desinfektionsgesetzes bekundet.

Da es kaum einen zweiten Kurort geben dürfte, der ein so umfassendes sanitarisches Spezialgesetz hinsichtlich Lungentuberkulose aufweisen könnte, wird es wohl weitere Kreise interes-

Digitized by Google

sieren, den Wortlaut der Vorlage, die bereits mit 1. Juni d. J. in Kraft getreten ist, kennen zu lernen:

Desinfektionsgesetz für die Landschaft Davos.

§ 1. Sämtliche von Tuberkulösen bewohnte Räume, sowie die in denselben befindliche Einrichtung ꝛc. (Möbel, Betten, Kleider, Leib- und Bettwäsche) sind jedesmal gründlich zu reinigen und zu desinfizieren, bevor sie an weitere Personen als die bisherigen Inhaber zu weiterer Benutzung überlassen werden dürfen.

§ 2. Für die Ausführung der Desinfektion ist das vom Kur- und Aerzteverein Davos aufzustellende Reglement maßgebend, welches vorher der Obrigkeit zur Genehmigung vorzulegen ist. Die Desinfektion wird durch die Angestellten des Kurvereins besorgt.

Wo in einzelnen Anstalten geeignetes Personal vorhanden ist, kann die Desinfektion mit den vom Kurverein zu liefernden Apparaten und Materialien und unter Aufsicht der hiezu bestellten Organe des Kurvereins durch diese Häuser erfolgen.

§ 3. Die Anzeige von dem Wegzuge eines Kranken ist innerhalb 24 Stunden nach dem Freiwerden des Zimmers seitens des Vermieters an den Kurverein Davos zu erstatten. Desinfiziert müssen alle Zimmer werden, soweit nicht eine ärztliche Dispensation vorgelegt wird. Die von Passanten und Geschäftsreisenden benutzten Zimmer sind hiervon ausgenommen.

§ 4. Jeder Lungenkranke ist gehalten, einen Taschenspucknapf bei sich zu tragen. Das Ausspeien Lungenkranker in den Häusern auf den Fußboden ist verboten.

Wo sich stehende Spucknäpfe befinden, müssen dieselben aus Porzellan, Steingut, Glas oder emaillierten Metallen bestehen; sie sind täglich zu reinigen und dürfen nur Wasser oder wässerige Lösungen enthalten.

§ 5. Ebenso ist das Ausspucken Lungenkranker im Freien auf Trottoirs, Straßen und Fußwegen, sowie auf den Schnee unstatthaft.

§ 6. Alle an einer anderen, im Sanitätsgesetze als solche bezeichneten Infektionskrankheit erkrankten Personen müssen sofort nach der durch einen Arzt erfolgten Feststellung der Krankheit in das Absonderungshaus übergeführt werden, soweit nicht ein Dispens des Bezirksarztes vorliegt.

§ 7. Für die ebenfalls von dem Kurverein auszuführende Desinfektion der von diesen Kranken benützten Räume, Betten, Kleider, Wäsche und Transportmittel gelten die Bestimmungen des betreffenden Bundesgesetzes vom 2. Juli 1886 und der hierzu erlassenen kantonalen Ausführungsbestimmungen, sowie die Anordnungen des Bezirksarztes.

§ 8. Die Nichtbeachtung der Vorschriften in §§ 1, 2, 3, 4, 6 und 7 zieht eine Buße bis zu 50 Fr. für jeden einzelnen Fall nach sich.

Giftschlangen in der Schweiz.

In einer Korrespondenz der „Neuen Zürcher Zeitung" aus dem Kanton Neuenburg wurde mitgeteilt, daß man in letzterem vielfach Klagen über die Vermehrung der giftigen Vipern führe. Bei Neuenburg habe man so viele Vipern gesehen, daß die Polizei sich bewogen sah, für jedes erlegte Stück eine Prämie von drei Franken anzubieten. Kürzlich hatten junge Leute aus Chaux-de-fonds in der Nähe von Neuenburg eine Viper gefangen. Da die Burschen einen photographischen Apparat bei sich hatten, so kamen sie auf den Gedanken, sich mit der Giftschlange photographieren zu lassen. Einer hielt bei der Aufnahme das lebende Tier am Schwanz. Plötzlich schnellte es zurück und biß den jungen Mann in den Arm. Es konnte auch seinem Kameraden eine Wunde beibringen. Einer sog die Wunde mit dem Mund

Digitized by Google

aus, da schwollen aber die Lippen an. Auch die Wunde des andern Burschen zeigte eine große Geschwulst. Die beiden Gebissenen wurden ins Spital gebracht.

Die hier erwähnte Viper ist die sogenannte Redische Viper (Vipera Redii). Sie findet sich nicht in der östlichen Schweiz, wohl aber im Wallis, Tessin und häufig genug durch die ganze Länge des Jura. Sie liebt den Saum der Wälder und steinige, sonnige Berghalden, wird zwei bis drei Fuß lang und ziemlich dick, hat eine gelblich braune bis kupferrote Grundfarbe und viele einzelne, unzusammenhängende, schwarzbraune, längliche Querflecken, die in vier Reihen über den Rücken laufen, von denen die mittleren oft ineinander verfließen. Seltener trifft man ganz ungefleckte. Der Bauch ist stets fleischfarben. Auf dem herzförmigen Kopfe trägt sie wie die Kreuzotter keine Täfelchen, sondern kleine Schuppen. Ihr Biß ist stets gefährlich, von heftigen krankhaften Zufällen begleitet und heilt langsam. Bei den Gebissenen (das Tier verwundet nur, wenn es gereizt wird) zeigt sich die Wunde sehr schmerzhaft, es folgt Ohnmacht, Steifheit der Glieder, Veränderung der Gesichtsfarbe, Aufschwellen der Zunge, krampfhafte Zusammenschnürung des Schlundes und der Kiefer, Erbrechen ꝛc.; nur wo die Heilung versäumt wird, folgt auch der Tod. Wie Tschudy in seinem „Tierleben der Alpenwelt“ mitteilt, waren im Neuenburgischen diese Vipern schon vor 40 Jahren in einzelnen Strichen so häufig, daß die Jäger für ihre Hunde Wundwasser mit sich zu führen pflegten.

Eiereiweißwasser.

In der Krankendiät (z. B. bei Abführen, Diarrhoe von Erwachsenen und Kindern, besonders im Sommer) verordnet der Arzt nicht selten Eiereiweißwasser. Dasselbe ist nahrhaft und vermehrt in der Regel den Durchfall nicht. Man bereitet es so, daß man das Weiße von einem rohen Ei in ein Glas Wasser (etwa $^3/_{10}$ Liter) gut verrührt, quirlt, und eine Spur Chlornatrium (Kochsalz) hinzusetzt. Bei größeren Schwächezuständen des Kranken, namentlich Herzschwäche, kann man etwas guten Cognac (1—2 Theelöffel voll) hinzufügen. Die Mischung wird portionenweise, nach Anordnung des Arztes, verabreicht. Bei Erbrechen und Abweichen der Säuglinge und kleinen Kinder, das im Sommer sehr häufig und bei dem Schleimsuppen nicht immer vertragen werden d. h. stopfend wirken, bewährt sich die Eiereiweißwassermischung meistens recht gut. Doch muß bei unstillbarem Erbrechen des kleinen Patienten, also bei sehr heftiger Magenreizung zunächst am besten etwa während 24 Stunden jede Zuführung von Nahrung durch den Mund unterbleiben. Als Getränk gegen den in der Regel starken Durst werde nur abgekochtes Wasser oder kalter chinesischer Thee in ganz kleinen Mengen (löffelchenweise) verabfolgt. Erst wenn der Magen sich etwas beruhigt, d. h. das stürmische Erbrechen nachgelassen hat, kann man es wagen, Eiereiweißwasser halbstündlich in Portionen von 2—3 Kinderlöffeln einzuflößen. Sodann kommen reine Schleimsuppen (von Hafergrütze, Gerstenkörnern) an die Reihe, die nach und nach mit wachsenden Mengen Milch versetzt werden.

Der eingebildete Kranke.

Einer unserer Freunde begab sich vor einiger Zeit auf Anraten seines Arztes nach einem klimatischen Luftkurort. Sein medizinischer Hausfreund hatte ihn mit Verhaltungsmaßregeln und einem für den Badearzt bestimmten Schreiben ausgestattet, dessen Inhalt die Neugierde des jungen Mannes, eines unermüdlichen Selbstbeobachters, der sich durch die Lektüre von allerhand medizinischen Schriften zum richtigen eingebildeten Kranken entwickelt hatte, schon zu Beginn der Reise erweckt hatte. Nach mehrstündiger Ueberlegung gelangte er zu der Ansicht, daß er es sich selber schuldig sei, einmal etwas Ungeschminktes und

Digitized by Google

streng Sachliches über seinen Zustand zu hören. Er öffnete vorsichtig den Brief des Arztes und las folgendes: „Geehrter Herr Kollege. Ich schicke Ihnen hier einen meiner zähesten Patienten, einen Vertreter jener uns wohlbekannten Selbstbeobachter, die alle Augenblicke ein anderes Leiden an sich wahrzunehmen glauben. Herr N., der Ueberreicher dieses Briefes, hält sich für lungenkrank; ich habe während einer mehrjährigen Behandlung nur Neigung zu leichtem Katarrh wahrnehmen können. So weit ich Herrn N. kenne, ist er — von den allgemein verbreiteten Leiden der Großstädter: Erregung der Nerven ꝛc. ꝛc. abgesehen — vollkommen gesund. Geben Sie ihm, wenn er darauf besteht, Indifferentes, und behalten Sie ihn recht lange da. Mit kollegialischem Gruß Ihr Dr. X."

Der „Patient" war von dem unerwarteten Inhalt dieses Schreibens nicht gerade erbaut, er zerriß dasselbe in kleine Stücke, die er zum Waggonfenster hinausflattern ließ. Wenige Stunden nachher traf er am Ziel seiner Erholungsreise ein. Sein erster Weg führte ihn zu dem Badearzt, dem er sich ohne jedes Empfehlungsschreiben vorstellte, indem er gleich vorweg, um diesem Mediziner nicht auch den Eindruck eines eingebildeten Kranken zu machen, seine Beobachtungen etwas übertrieb.

Der Badearzt, ein Mann mit reicher Erfahrung, untersuchte den Patienten nnd fand, was sein Kollege gefunden hatte, was jeder andere Arzt finden würde, daß der Kranke im allgemeinen gesund sei. Aber der Mann kennt die Welt und die Gesinnung der Patienten, welche geneigt sind, den Doktor, der sie für gesund erklärt, als Esel zu klassifizieren. — Herr N. war daher sehr angenehm berührt, als ihm der Badearzt neben verschiedenen mündlichen Vorschriften, die sich auf Diät, Zeiteinteilung, Bewegung ꝛc. bezogen, auch gleich zwei Rezepte einhändigte, auf welchen die harmlosen Stoffe „Syrup" und „destill. Wasser" eine hervorragende Rolle spielten. — Herr N. befolgte alle Vorschriften, trank statt eines Eßlöffels von jenen Arzneien stündlich zwei Eßlöffel voll und widmete sich mit dem Behagen eines passionierten Patienten seiner „Kur", die ihm wirklich trefflich anzuschlagen schien.

Da ging es an's Abschiednehmen. Er stellte sich dem Badearzte wieder vor und erklärte demselben, daß sein Hausarzt es gewohnt sei, die Sachen sehr leicht zu nehmen, daß er bitte, ihm einen Brief mitzugeben, worin die nötige Behandlung genau beschrieben und eine Ermahnung zu gründlicher Bekämpfung seiner Leiden enthalten sei. Der Badearzt versprach, den Brief zu schreiben und er hielt Wort.

In etwas gehobener Laune verließ unser Freund den Kurort, den Brief des Doktors in der Tasche. „Ob sich mein Zustand verbessert hat oder ob ich mich täusche?" Ob es am Ende nur eine trügerische, durch den reichlichen Medikamentengenuß herbeigeführte Besserung ist!" — Er hielt den Brief in der Hand und kämpfte mit sich wie damals. Dieselben Gründe, mit denen er damals die Verletzung des Briefgeheimnisses vor sich entschuldigte, kamen ihm wieder zu statten, und nach vorsichtiger feuchter Behandlung öffnete sich das Kouvert, der Brief des Doktors kam zum Vorschein. Er lautete: „Geehrter Herr Kollege! Auf ausdrücklichen Wunsch des Herrn N. gebe ich ihm dieses Schreiben, in welchem ich nur die Meinung aussprechen kann, daß Herr N. relativ vollkommen gesund ist, d. h. sofern die Großstädter dies mit Rücksicht auf die ungünstigen Lebensbedingungen von sich sagen können. Ich habe die Erfahrung gemacht, daß er leidenschaftlicher Medikamentenschlucker ist und ich brauche Ihnen wohl nicht zu empfehlen, ihm nach dieser Richtung, so wie ich es gethan, entgegenzukommen. Das beruhigt solche „Patienten", und darauf kommt es an. Sie würden gut daran thun, seinen Behauptungen, daß er sich sehr krank fühlt, künftig mehr Glauben zu schenken; diese Leute wollen nun einmal krank sein, lassen wir ihnen die Freude. Mit kolleg. Gruß ꝛc."

Digitized by Google

Wir brauchen nicht erst hinzuzufügen, daß dieser Brief das Loos des ersten teilte und im nächsten Augenblick in Atome zerrißen in der dem Eisenbahnzuge entgegengesetzten Richtung dahinflatterte. — Herr N., der sich bei seiner Abreise vom Kurort ganz wohl fühlte, kam „krank vor Aerger" zu Hause an. (Davoser Blätter.)

Witterung im Juni 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°. Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 31—4	5—9	10—14	15—19	20—24	25—29
Zürich . .	493	17.4	0.8	27.0	12.	9.2	1.	16.5	17.8	19.4	18.3	15.9	16.6
Basel . .	278	17.8	0.8	27.2	5.$\frac{11}{12}$	9.8	1.	16.4	18.6	19.8	19.0	16.8	16.5
Neuchâtel .	488	18.3	1.8	28.9	11.	9.1	1.	16.8	19.1	19.7	19.6	17.0	17.0
Genf . .	405	17.9	1.0	26.6	30.	10.4	1.	15.7	17.9	17.7	18.9	18.1	16.0
Bern . .	572	16.8	0.9	25.8	5.	7.7	1.	15.6	17.6	17.7	18.3	16.0	15.9
Luzern . .	451	17.6	1.2	27.2	11.	10.6	1.	16.5	17.8	19.8	18.8	16.7	17.1
St. Gallen	703	15.4	0.7	23.6	6.	9.0	1.	14.4	16.3	17.6	16.8	14.1	14.6
Lugano. .	275	19.8	0.7	28.2	16. 17.	12.4	1.	15.7	19.9	20.7	22.1	21.5	19.9
Chur . .	610	16.5	0.4	26.8	12.	7.4	1.	15.5	17.0	18.4	17.3	15.9	15.8
Davos . .	1557	11.3	1.2	22.6	11.	4.3	1.	10.1	11.5	13.1	11.9	11.6	10.5

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	719.1	71	87	—57	47	10	0	3	0	6	6	4
Basel . . .	737.3	71	57	—46	55	11	0	6	0	4	7	4
Neuchâtel .	719.6	66	30	—74	58	9	0	2	0	2	6	6
Genf . . .	726.7	68	36	—39	58	10	0	3	1	2	8	15
Bern . . .	712.4	63	73	—34	57	9	0	4	0	2	8	6
Luzern . .	722.7	66	75	—78	48	10	0	3	0	7	3	2
St. Gallen .	701.8	70	84	—110	54	9	0	4	2	6	6	2
Lugano . .	736.6	71	58	—132	60	9	0	1	0	3	12	0
Chur . . .	708.9	67	52	—32	56	8	0	0	0	3	7	5
Davos . .	633.6	75	46	—34	64	10	0	0	0	0	7	1

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 253, Basel 237, Bern 263, Genf 233, Lugano 238, Davos 158.

Der verflossene Juni erreichte eine um ca. 1° über der normalen stehende Mitteltemperatur und war dabei allgemein, strichweise sogar erheblich trockener, als der Brachmonat in unserm klimatischen Bezirk zu sein pflegt. Auf die Ende Mai eingetretene kühle Periode folgte vom 2. an rasches Steigen der Temperatur bei trockenem, meist heiterem Wetter. Am Abend des 6. brachten ausgedehnte Gewitterregen, bedingt durch eine über Zentraleuropa sich einstellende flache Depression, wieder Abkühlung. Dann folgte unter dem Einfluß einer vom 8. an von Südwesten her sich über den Kontinent ausbreitenden Zone hohen Luftdrucks wieder heiteres, trockenes Wetter mit steigender Temperatur. Vom 13. an stellte sich über Südwesteuropa neuerdings Hochdruck ein, dessen Regime sich bis zum Schluß des Monats geltend machte. Die Witterung war dabei durch das Auftreten von am Nordrand des barometrischen Maximums vorbeiziehenden Depressionen etwas veränderlich, zeitweise trübe und regnerisch. Eine beträchtliche Abkühlung brachte diejenige, welche am 25. von den britischen Inseln nach Zentraleuropa

Digitized by Google

sich ausbreitete und wobei sich auf der Südseite der Alpen ein Teilminimum bildete. Am Schluß des Monats hob sich indessen die Temperatur wieder ziemlich rasch. Die Zahl der Regentage war eine mäßige und es zeigt die Niederschlagsmenge gegenüber der normalen überall ein Defizit, das in der West- und Südschweiz sehr beträchtlich ist. Dem entsprechend war die Bewölkung des Himmels meist geringer als die durchschnittliche und die Sonnenscheindauer eine die normale etwas überschreitende; nur in Lugano wurde etwas weniger Sonnenschein als im Durchschnitt registriert.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Gesundheitszustand im Juni 1900.

Ganz ähnlich, wie in den beiden letzten Jahren hat auch der diesjährige Juni uns nur wenig dauernd schönes Wetter gebracht; die Witterungsverhältnisse scheinen sogar zum Teil verhältnismäßig ungünstigere gewesen zu sein als in den letzten Jahren, wie die Sterblichkeit in Bezug auf verschiedene Krankheiten, die immer eine etwelche direkte oder indirekte Abhängigkeit von der Witterung zeigen, gegenüber früher größer geworden ist und besonders auch im Vergleich zum Vormonat unerwartet gestiegen ist. Diese Beobachtung hat allerdings nur Bezug auf die Verhältnisse in der Stadt Zürich, wo wir die Sterblichkeitsverhältnisse nach einzelnen Krankheiten genauer zu beobachten Gelegenheit haben, als in den 15 größten Ortschaften der Schweiz. In diesen letztern betrug die Sterblichkeit in diesem Monat 15,0‰; gegenüber dem Mai 1900 wieder eine Abnahme von 1,2‰. Bei 29,2‰ Neugebornen erhalten wir das sehr günstige Verhältnis von 14,2‰ als Ueberschuß der Geburten über die Todesfälle, sodaß in dieser Beziehung endlich eine entschiedene Wendung zu günstigern Verhältnissen eingetreten ist im Vergleich zum ganzen bis jetzt verflossenen Jahre 1900. Es ist dieses gute Resultat ebensowohl der nicht häufig so kleinen Mortalität in diesem Beobachtungskreise, als der hohen Geburtenzahl zu verdanken.

In der Stadt Zürich sind 254 Einwohner gestorben, davon in Abrechnung gebracht die Totgebornen, an Zahl 19, ergibt für die Berechnung der Sterblichkeit der Bevölkerung 235 Sterbefälle oder fürs ganze Jahr auf 1000 Personen bezogen 17,8 Tote; somit wieder wie in den zwei letzten Monaten eine ganz ähnlich hohe Mortalität; sogar eine kleine Zunahme von 0,3‰; verglichen mit der Sterblichkeit der 15 größten Ortschaften aber die ganz erhebliche, glücklicherweise sonst recht seltene Differenz zu Ungunsten der Stadt von 2,8 ‰. Die Hauptschuld an diesem ungünstigen Resultat trifft die große Zahl der an Brech-Durchfall verstorbenen Kinder im ersten Lebensjahre. Während wir in den letzten Jahren nie über 20 Fälle dieser Art zu dieser Zeit gehabt hatten, steigt die Zahl derselben dies Jahr plötzlich auf 46 schon im ersten Frühsommermonat, das Dreifache der Sterblichkeit vom Mai 1900; und wenn auch vielleicht in der so außergewöhnlich schwankenden Witterung von kalten und warmen Tagen ein nicht kleiner Grund für die Verschlimmerung dieser Verhältnisse liegt, weil dabei die Milchverhältnisse sehr ungünstig beeinflußt werden, so zwingt uns doch diese Beobachtung recht trübe Aussichten für die kommenden wirklich warmen Sommermonate auf. — Eine Durchsicht der übrigen Todesursachen zeigt keine besondern Erscheinungen; besonders erwähnenswert ist nur die Thatsache, daß in diesem Monat drei Todesfälle an Diphtherie zu beklagen sind, was für einen Sommermonat vielleicht eher etwas viel ist; daß ferner ein Todesfall an Typhus vorgekommen ist.

Was die Morbidität anbetrifft, so war dieselbe im Laufe des Monats Juni jedenfalls nicht besonders günstig in der Stadt Zürich und sehr ähnlich dem Mai. Die Zahl der ange-

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Juni 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		1—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	12	7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	12	7	19	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	11	11	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	11	11	22	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	2	.	3	1	.	1	6	7	
IV. Gewaltsamer Tod	.	.	1	.	2	.	.	.	3	.	1	.	2	.	2	.	1	.	.	1	.	.	.	.	12	1	13	Selbstmord 6, Unfall 7
V. Allgemeinkrankheiten	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	4	Rachitis 1, Harnruhr 1
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	Masernlungenentzündung 1
Diphtherie	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	2	3	
Typhus	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	
Croupöse Lungenentzündung	2	2	.	1	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	1	.	.	1	2	.	.	.	.	.	7	4	11	
Tuberkulose der Lungen	5	3	.	1	1	.	1	1	3	2	5	5	8	1	3	2	3	.	.	.	.	.	.	.	29	15	44	
„ anderer Organe	3	.	.	1	2	.	1	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	1	.	.	.	.	.	9	1	10	Hirnentzündung 7, Knochentub. 1; Darm 2.
Andere ansteck. Krankheiten	.	1	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	3	4	Syphilis 2, Kindbettfieber 1,
VII. Krankh. der Atmungsorgane	4	4	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	2	1	1	1	.	.	.	.	8	7	15	Katarrh. Lungenentzündung 10
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	1	.	.	2	3	2	3	.	.	.	.	.	8	5	13	Arteriosclerose 2
IX. „ „ Verdauungsorg.	27	21	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	2	3	1	1	4	.	1	1	.	.	.	33	29	62	Kinderdiarrhoe 46, Krebs 10,
X. „ des Nervensystems	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	3	1	2	.	2	1	1	1	.	.	.	4	9	13	Hirnblutung 10
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	2	1	3	Nierenentzündung 2
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	1	.	4	.	.	1	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	1	6	7	Krebs 2
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	1	1	2	
Total	66	51	1	5	5	2	2	2	7	8	11	7	14	8	12	9	10	13	9	6	2	3	1	.	140	114	254	

Digitized by Google

meldeten Erkrankungen an Masern belaufen sich auf 59, wovon der Kreis II das Hauptkontingent liefert; auch die Zahl von Scharlacherkrankungen blieb immer noch auf der bedeutenden Höhe von 55, also ziemlich gleich wie im verflossenen Monat; die Verteilung der Fälle ist die gleiche geblieben wie im letzten Berichte angegeben wurde. Erst mit Juli scheint jetzt endlich eine Erlösung von dieser so lang dauernden Scharlach-Calamität einzutreten; bis heute, 23. Juli, sind an Scharlach erst 8 Fälle angezeigt worden.

In Bezug auf die Verbreitung epidemischer Krankheiten in der Schweiz ist außer den Pocken nichts von Belang zu melden. Allein mit den Blattern müssen wir uns hier auch in dieser Berichtsperiode beschäftigen. Seit dem 10. Juni sind aus der Waadt neu gemeldet worden 24 neue Blatternerkrankungen, von denen die meisten auf Lausanne fallen; aber bereits auch Genf hat seit Ende Juni mit jedem sanitarisch-demographischen Bulletin vereinzelte neue Fälle, die sich seit dem 17. Juni bereits auf 12 belaufen. Außerdem sind im Kanton Aargau Ende Juni 3 Pocken beobachtet worden, wie man lesen konnte: eingeschleppt aus der Waadt. Am 2. Juli ist in Zürich selbst ein von Paris direkt hieher gereister Uhrmacher an Pocken erkrankt. Eine Verschleppung durch diesen Fall war, abgesehen von den sofort ergriffenen, weitgehenden Vorsichtsmaßregeln, nicht sehr zu befürchten und ist auch bis heute, wo schon drei Wochen verstrichen sind, keine neue Erkrankung erfolgt.

Ueber die Pest näheres zu berichten, liegt keine besondere Veranlassung vor, wenn sich auch die Verhältnisse in keiner Weise etwa günstiger gestaltet haben, als vor einem Monat. Wir alle stehen unter dem überwältigenden Drucke der Vorgänge in China, wo wie eine im Dunkeln sich entwickelnde Seuche der Fanatismus eines alten Kulturvolkes, das sich von einer andern Rasse in seinen Lebensbedingungen bedroht sieht, in grauenhaften Massakren zum Ausbruch gekommen ist, sodaß darüber beinahe die drohenden Gefahren der Pest und Cholera vergessen werden.

A. M.

Neue schweizerische Litteratur über Reise- und Kurwesen.

Reise- und Kurwesen für Ferien, welche, wenn richtig genossen, auch eine sehr gesunde Einrichtung sind, zeitigen bei uns jeder Art frische Litteraturfrüchte verschiedener Art, Beschreibungen von Kurorten und Bädern, Monographien über Thäler, Alpenstraßen und Berggegenden. Zahlreiche Sommerfrischler, die ihre Füße dorthin in Bewegung setzen, greifen mit Vergnügen zu jenen Hilfsmitteln um sich vor der Reise darin zu orientieren, während derselben den Anschauungsunterricht genußvoller zu gestalten und nachher innert den vier Wänden zu Hause durch nochmalige Lektüre in herrlichen Erinnerungen an all die schönen Naturwunder und frohen Erlebnisse zu schwelgen. Von solchen Bereicherungen unserer einheimischen Wanderlitteratur seien hier genannt:

Prof. F. Becker: Ueber den Klausen. Auf neuer Gebirgsstraße zwischen Ur- und Ostschweiz. Glarus 1900. 143 S. 2 Fr.

Das vom Verkehrsverein für den Kanton Glarus herausgegebene stattliche Büchlein präsentiert sich von außen und innen, nach Titelschmuck, Bilderanschaulichkeit und Beschreibung außergewöhnlich gut. Es ist eine wahre Lust, sowohl die prächtigen Landschaftsansichten, als den von poetischem Schwung gehobenen und idealisierten Text zu genießen. Die Schrift zieht geradezu elektromagnetisch hin nach den wunderbaren Naturgemälden, die bildlich und sprachlich in plastischer Weise vor Aug' und Gemüt des Lesers entrollt werden. Sie war zwar eine Gelegenheitserscheinung für die mit Recht gefeierte Eröffnung einer der herrlichsten neuen

Digitized by Google

Alpenstraßen unseres, an diesen großartigen Verkehrszwecken so reichen Landes, aber sie wird vermöge ihrer vornehmen Ausstattung und ihres gediegenen Inhaltes dauernden Wert behalten. Kein Klausenpilger wird ermangeln dürfen, diesen wunderschönen, zuverlässigen Cicerone in die Rocktasche zu stecken. Selber sehen ist hier der beste Rat, aber wenn möglich beschaulich, gemütlich, langsam auf Schuhmachers Rappen, was noch immer das gesündeste und ungefährlichste Vehikel bleibt. Bis zum Herbst ist ja noch Zeit dafür! —

Engadin Expreß! Illustriertes Fremdenblatt (mit Engadiner Fremdenliste). Organ für die Interessen des Fremdenverkehrs und Sprechsaal des alpinen Sommer- und Wintersports. Samaden. I. Jahrgang.

Im unternehmenden Verlag von Simon Tanner in Samaden erscheint seit 15. Mai eine neue reichillustrierte Kur- und Fremdenzeitung (im Sommer 36, im Winter 24 mal), welche fortlaufend Bericht darüber zu geben bestimmt ist, was das von Kuranden, Sommerfrischlern und Wintersportern immer mehr frequentierte prächtige Hochthal Engadins seinen Gästen als belebte Kurlandschaft bereits in reicher Fülle bietet und noch bieten wird. Es enthält Artikel in drei Sprachen (deutsch, französisch und italienisch) und will u. a. folgende Gebiete kultivieren: Saisonberichte der Engadiner Kurorte und Zwischen- d. h. Uebergangsstationen, illustrierte Abhandlungen über dieselben, Darstellung des alpinen Sommer- und Wintersports, meteorologische Beobachtungen 2c. Poesie und Prosa sind vertreten und der Inhalt ist ein recht mannigfaltiger. Der Preis der Einzelnummer beträgt 30 Rp. Das neue Organ wird ein reichhaltiges abwechslungsreiches Repertoire über das Engadiner Kurwesen und -leben darstellen und insofern einen Beitrag liefern zur Förderung der Schweiz als „Weltsanatorium".

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 38 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Hotel und Pension Johannesburg
bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftssäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas
sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am **Zürichsee**

Rigi-Klösterli Hôtel Schwert
34G
Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Rüttihubelbad Im Emmenthal, Station Walkringen, Berner-Jura-Bahn.
736 m ü. M.
Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige. G 33
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut.
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.
Eig. Niklaus Schüpbach.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Ergänzt, der verdünnten Kuhmilch zugesetzt, am besten deren herabgesetzten Nährwert. Diätet. Therapeuticum bei **Rhachitis, Scrophulose u. Cholera infantum.**

300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 28

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtthg.)

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.

Glänzende Heilerfolge!

In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch

Passugger Uniquellen Passugg u. Dépôts.

Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg**, Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr **Dr. J. J. Egli**, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur **„Arche"** und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement **„Lilienberg"**, 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Besitzer und Leiter: **Krayenbühl**, Spezialarzt, nimmt **Geistes- und Nervenkranke** jeder Art auf. **Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten.** 8 G

Privat-Heilanstalt „Friedheim" Zihlschlacht (Thurgau).

Blechschwimmgürtel „AEGIR"

für Kinder, Damen und Herren. Neueste, verbesserte Ausführung. Sehr leicht und absolut zuverlässig. ◆ Man verlange Prospekt. ◆ 42G Zu haben bei **D. Denzler**, Seiler, **Sonnenquai 12.** Versandt nach auswärts durch **H. Prager, Zürich V.**

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

---

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent. Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

Frau Brupbacher-Brisemann

in **Küsnacht** bei Zürich. 1068

Direktor Vorsteherin der vorzügl. Damenbinden

„Vita u. Sante",

ersteres waschbar. *Aerztl. empfohlen.*

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich **J. Zeller-Müller.**

Wie erhält man seinen Magen gesund?

Eine Hygiene des Magens

Von Dr. H. Leetscher, Zürich

Preis: 80 Cts.

Ein vortreffliches Buch, aus reicher Erfahrung entstanden, für Gesunde und Kranke sehr wertvoll. 5843

Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

HYGIAMA

Leichtverdauliches Nährpräparat mit 22% Eiweiss. — Hergestellt aus Milch, Malz, Weizenmehl, Zucker und Cacao. Zur Durchführung von Milchkuren besonders geeignet. 300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3.50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 22
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtbg.)

MAGGI'S
Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind, ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Das natürliche Rahmgemenge

nach Prof. Dr. Biedert

ist die **einfachste, billigste** und **beste Kindermilch.** Bei **Verdauungsstörungen** jeder Art von **sehr gutem Erfolge.** Es wird franko ins Haus geliefert durch

Schönholzer-Fuchs, Köchlistrasse 35, **Zürich.**

Telephon 572. 87 G

Graubünden **Kurhaus Cresta-Avers** **1949 M. ü. M.**

Neu und komfortabel eingerichtet (27 Zimmer, 36 Betten).
Saisondauer: 15. Juni bis 15. September.

Avers gehört zu den besuchenswertesten Alpenthälern (Tschudi). Höchstes in Dörfern bewohntes Tal Europas. Mühelose, auf Stunden auszudehnende Spaziergänge. Hochgebirgstouren. **Mehrere lohnende Bergübergänge nach dem Engadin und Bergell:** Septimer-Cassaccia, Lunghino-Maloja, Stallerberg-Stalla, Duana-Soglio, Madriserberg-Chiavonna. **Fahrpostverbindung** mit **Thusis** (Eisenbahnstation) und **Andeer.**

Prospekte gratis bis zum Beginn der Saison durch den Besitzer des Kurhauses: Joh. Wieland, Thusis, später durch die Kurhaus-Direktion, Cresta-Avers. 40 G

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 186

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die Eisschrankfabrik

Ernst Schneider & Co.

Lagerstr. 55. **Zürich III.** Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

DARKAUER JODSALZ

Empfohlen von den ersten medizinischen Autoritäten zur Bereitung
natürlicher Jodbäder im Hause.
Allein-Verkaufsstelle bei 1 G

Heinrich Mattoni
K. u. k. österr. Hof- und Kammerlieferant
Wien
Tuchlauben Nr. 14—16, Maximilianstr. Nr. 5.
Zu haben in allen Apotheken, Droguerien u. Mineralwasserhandlungen.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.
Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI
1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.
Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15 August 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 15

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Was heißt Leben? — Fortschrittliche Bestrebungen für die Schulgesundheitspflege (Schluß). — Zur Geschichte der Hungersnöte. — Vergiftungen in England. — Obstverwertung. — Gesundheitsgemäßes Sitzen bei Hausaufgaben. — Pferdefleischessen. — Fußpulver bei Fußschweiß. — Neue Litteratur über schweizerische Kurorte. — Inserate.

Was heißt Leben!

Thätig wirken, das heißt Leben. Zwar dem Arbeitsamen entflieht ein Jahr, wie ein Tag; aber übersieht er am Ende die zurückgelegte Bahn, erstaunt er selbst über die Größe und den Reichtum derselben. Dem Müßigen wird die Zeit lang; ist sie aber vorüber, findet er sie leer und einem Nichts gleich.

Zschokke.

Fortschrittliche Bestrebungen für die Schulgesundheitspflege.

(Schluß.)

In der Nummer der „Zeitschrift für Schulgesundheitspflege" hat F. Zollinger, Schulsekretär in Zürich die neue kantonale Verordnung betreffend das Volksschulwesen näher betrachtet und an ihr ebenfalls Kritik geübt. Hier interessieren uns nur die schulgesundheitlichen Gesichtspunkte. Wir geben dabei die Ausführungen von Zollinger größtenteils wieder.

In Bezug auf das Schulhaus und dessen Einrichtungen wird als fortschrittliche Fürsorge verlangt, daß in der Nähe des Lehrzimmers Vorrichtungen zum Aufheben der Garderobe getroffen werden. Die neue Vorschrift schließt somit die Aufbewahrung der Kleidungsstücke, Schirme 2c. im Schulzimmer aus, was vom hygienischen Standtpunkte aus durchaus richtig ist; denn die Ausdünstungen, die von Kleidungsstücken 2c. ausgehen, namentlich bei nassem Wetter, verschlechtern wesentlich die Luft des Schulzimmers und dienen in vermehrtem Grade zur Verbreitung von allerlei Ansteckungskeimen. Wenn aber die Garderobe im Korridor abgelegt werden muß, so erwächst den Behörden die Pflicht, die nötigen Schutzvorrichtungen zu treffen, daß die Kleidungsstücke nicht entwendet werden können. Diese Vorkehrungen trifft man denn auch in Deutschland in allen nach den modernen Grundsätzen eingerichteten Schulhäusern

Google

in mannigfacher Lösung; bald sind einzelne Partien des Korridors durch ein Drahtgitter abgeschlossen, bald sind besondere Garderobezimmer erstellt, die reichlich ventiliert werden.

Die Bestimmung, daß die Zimmerböden aus Riemen von Hartholz bestehen und mit Blindböden versehen sein sollen, ist aus der bisherigen Verordnung herübergenommen, obwohl sie in der Folgezeit wohl einzelne Abänderungen erfahren dürfte, da in neuerer Zeit, insbesondere in deutschen Städten, und zwar in Schulgebäuden wie in Spitälern und anderen öffentlichen Gebäuden, bei Neubauten die Holzböden durch Gipsguß mit Linoleumbelag ersetzt werden, und zwar, so weit die Erfahrungen von allerdings noch kurzer Dauer zeigen, mit bestem Erfolge. Die Stadt Zürich macht in den Schulhäusern auf dem Bühl einen ersten Versuch mit dem Linoleumbelag. Bei den Turnhallen nimmt die Verordnung bereits Rücksicht auf diese neuen Bestrebungen, indem sie nicht mehr Verwendung von Riemenböden verlangt, wie die bisherige Verordnung, sondern bloß festsetzt, daß die Turnhalle mit einem möglichst wenig Staub entwickelnden Boden zu versehen sei. In den neueren Turnhallen der Stadt Zürich wurde denn auch in den letzten Jahren der Holzboden durch Korkbelag ersetzt; hierzu wurde man hauptsächlich dadurch veranlaßt, daß die eichenen Böden mit der Zeit so glatt werden, daß man, um Unfälle zu vermeiden, die Laufübungen nur mit Einschränkungen ausführen lassen kann. Die Erstellungskosten stehen eher unter denjenigen für eichene Riemenböden; dagegen ist allerdings anzunehmen, daß der Korkbelag hinsichtlich der Dauerhaftigkeit dem Holzboden nachstehen wird. Immerhin ist beizufügen, daß in neuester Zeit bei uns wie anderwärts dieser Korkbodenbelag häufig in Kaufläden, Restaurants, Eisenbahnwaggons ꝛc., also in Oertlichkeiten, wo viel Verkehr ist, Verwendung findet.

Was die Lage der Unterrichtsräume betrifft, so ist wiederum „so weit möglich" die Ost- und Südostrichtung vorgeschrieben, und es wird neben der einseitigen Beleuchtung bei gewissen Verhältnissen auch die mehrseitige empfohlen. Dieser Standpunkt wird den allgemeinen Ansichten entsprechen; es ist jedoch zu bemerken, daß die Nordrichtung namentlich unter den wissenschaftlichen Hygienikern noch gewichtige Anhänger hat, wohl mehr als unter den Lehrern, welche längere Zeit in Zimmern mit ausschließlicher Nordbeleuchtung zu unterrichten hatten. Dagegen dürfte die Ansicht über die einseitige oder mehrseitige Beleuchtung schon eher abgeklärt sein, indem zweifelsohne bei genügender Fensterfläche und vorausgesetzt, daß das Zimmer eine mäßige Tiefe hat, die einseitige Beleuchtung mit von links einfallendem Lichte der mehrseitigen vorzuziehen ist; denn nur so werden die störenden Schatten vermieden, die sich bei der mehrseitigen Beleuchtung mit Notwendigkeit ergeben.

Zu begrüßen wäre es gewesen, die Verordnung hätte einmal die grünen und gelben baumwollenen Vorhänge wegerkannt, die man noch in so manchem Schulzimmer sieht. Sie werden nicht ausdrücklich erwähnt; § 25 bestimmt bloß, daß zur Abhaltung von blendender Beleuchtung die Fenster mit geeigneten Vorrichtungen versehen sein sollen. Diese „geeigneten Vorrichtungen" sind Storen, welche auf der Außenseite der Fenster befestigt sind; die Vorhänge aber sind aus hygienischen Gründen schon deshalb zu verwerfen, weil sie, namentlich wenn ihnen nicht die genügende Aufmerksamkeit geschenkt wird, arge Staubfänger sind. Wo also Vorhänge angebracht sind, so sollten sie nach jeder Zimmerreinigung ausgestäubt werden.

In den Bestimmungen über die Aborte haben nun auch die Oelpissoirs Aufnahme gefunden, mit denen man, wo sie in Anwendung kommen, bisher durchaus gute Erfahrungen gemacht hat.

Beim Abschnitt „Schulgesundheitspflege" macht Zollinger ebenfalls auf die fortschrittlichen Reformen des neuen Gesetzes aufmerksam, indem er darauf hinweist, daß durch die

Digitized by Google

neuen Bestimmungen eine große Ungerechtigkeit des alten Schulgesetzes vom Jahr 1859 beseitigt werde. Dieselbe bestand darin, daß Staat und Gemeinden nur verpflichtet waren, für die Normalen, Gesunden zu sorgen, dagegen nicht für diejenigen, die eine Fürsorge doppelt nötig haben: die Nichtnormalen, die mit Mängeln und Gebrechen Behafteten. Die Verordnung hebt diese Pflicht ausdrücklich hervor, indem sie nicht bloß einzelne Bestimmungen des Gesetzes wiederholt, sondern hinsichtlich der Fürsorge für die dürftigen Kinder sagt: „Die Schulpflege hat geeignete Abhilfe zu treffen, wenn es sich ergibt, daß ein Schüler einen seiner Entwickelung schädlichen Mangel an Nahrung leidet oder wegen ungenügender Kleidung an seiner Gesundheit Schaden zu nehmen droht." Das Wirken der Schule in philanthropischer Hinsicht entspricht dem humanen Zeitgeiste, nnd wenn es der Schule gelingt, durch das Mittel des Unterrichts, wie das Vorbild des Lehrers, diesen Geist in die Jugend zu pflanzen, daß er zu einer unverlierbaren Charaktereigenschaft unseres Volkes wird, so hat die Schule eine ihrer schönsten Aufgaben gelöst. Gerade die Hebung des physischen Wohles des Kindes ist eine ungemein wichtige Aufgabe der Schule; denn ein gesunder Körper ist die erste Voraussetzung für ein gedeihliches geistiges Wirken. Während nun allerdings die Schule erklären muß, daß ein Schüler, der mit knurrendem Magen, mit schlotternden Gliedern, mit durchnäßter Fußbekleidung zur Schule kommt, nicht das leisten kann, was derjenige leistet, bei welchem alle Voraussetzungen für eine gedeihliche körperliche Entwickelung vorhanden sind, und wenn als erste Forderung für ein erfolgreiches Wirken die Notwendigkeit der Beseitigung dieser Hemmnisse sich aufthut, so ist doch auf der anderen Seite zu sagen, daß leichtsinnige Eltern sich dazu verleiten lassen können, die Hand in den Schoß zu legen, in der frohen Zuversicht, daß die Oeffentlichkeit für ihre Kinder sorgen werde. Zum Glücke bilden diese Leute eine geringe Minderheit; aber zu leugnen ist nicht, daß es solche gibt, und da ist es gut, wenn man nicht bloß die Kinder und die Verhältnisse, in denen sie aufwachsen, in's Auge faßt, sondern auch den Ursachen der letzteren nachgeht. Thut man das, wie viel Elend wird man entdecken, das im Verborgenen waltet? Wie viel aber auch, das mehr oder weniger auf dem Selbstverschulden eines dem Trunke ergebenen Vaters oder einer an einen liederlichen Lebenswandel gewöhnten Mutter zurückzuführen ist? Die vermehrte Fürsorge der Oeffentlichkeit mit Bezug auf die anormalen Schulkinder ruft mit Notwendigkeit nach einer Verschärfung der gesetzlichen Bestimmungen hinsichtlich der Maßnahmen des Staates gegenüber Eltern, die ihren Pflichten gegenüber ihren Kindern nicht oder nur in mangelhafter Weise nachkommen.

Wie die bisherige Verordnung, so verlangt auch die neue, daß die Gemeindeschulpflegen die Kinder, soweit thunlich, bei Beginn des ersten Schuljahres durch einen Arzt untersuchen zu lassen haben. Auf eine Anregung der kantonalen ärztlichen Gesellschaft hin ist sodann jene Bestimmung in das Volksschulgesetz gekommen, welche festsetzt, daß der Regierungsrat von Zeit zu Zeit gemeinde- oder bezirksweise amtsärztliche Untersuchungen über den Gesundheitszustand der sämtlichen auf der Volksschulstufe stehenden Kinder anordne; die Verordnung hat zwar das „wird anordnen" in ein „kann anordnen" umgewandelt, dafür aber dem Paragraphen eine wesentliche Ergänzung zukommen lassen, dahingehend, es habe sich diese amtsärztliche Untersuchung nicht bloß auf die öffentlichen, sondern auch auf die privaten Unterrichtsanstalten zu erstrecken. Schade nur, daß bloß das schulpflichtige und nicht auch das vorschulpflichtige Alter in Frage kommt; gewiß würde eine Untersuchung der Verhältnisse der sogenannten Kleinkinderschulen nicht überall die besten Resultate zu Tage fördern. Von ganz besonderer Bedeutung ist aber der Nachsatz: „Wo besondere Verhältnisse es wünschbar und im Interesse der Schulgesundheitspflege notwendig erscheinen lassen, können derartige, regel-

Digitized by Google

mäßig wiederkehrende Untersuchungen für die Schulen ihres Kreises auch durch die Gemeindeschulpflegen angeordnet werden" (§ 39). Durch diesen Nachsatz wird die Schularztfrage berührt, die zur Zeit in Deutschland in allen größeren Städten spielt, soweit sie nicht bereits ihre Erledigung gefunden hat, und zwar hat die Art und Weise, wie die Frage in der Stadt Wiesbaden gelöst worden, bis jetzt am meisten Anklang gefunden. Dort ist nämlich eine beschränkte Anzahl praktischer Aerzte einerseits mit den Schülerunterſuchungen betraut, andererseits haben diese Aerzte alle ein bis zwei Wochen im Schulhause einen Besuch zu machen, wobei kränkelnde oder krankheitsverdächtige Kinder ihnen zur Untersuchung, nicht aber zur Behandlung, zugeführt werden. Zu diesen Anordnungen wurden die Schulbehörden geführt durch die Erkenntnis, daß die Aufsicht der Schulorgane über die Schulkinder sich nicht bloß auf das geistige und sittliche Fortkommen der Kinder beschränken dürfe, sondern daß nicht zum letzten auch das körperliche Wohlbefinden in den Bereich ihrer Thätigkeit gezogen werden müsse. Welches auch die Form der Lösung sei, die für unsere Verhältnisse am zweckmäßigsten erkannt werden muß, die Schularztfrage, wie sie die kantonale Verordnung anregt, wird früher oder später auch unsere Behörden beschäftigen müssen, bei der großen Bedeutung, welche in den Fragen der Gesundheitspflege, insbesondere auch der Prophylaxis, der Verhütung, zukommt.

Die Bestimmungen über die ansteckenden Krankheiten stimmen im wesentlichen mit den bisherigen überein. Die Anordnung von Maßnahmen fällt gemäß der Verordnung vom 25. Juli 1883 der örtlichen Gesundheitsbehörde zu. Neu ist, daß Schulbehörden und Lehrer verpflichtet werden, die Gesundheitsbehörden in ihrer Thätigkeit zu unterstützen und sie zum Einschreiten zu veranlassen, selbst dann, wenn bloße Anzeichen von Kinderepidemien oder ansteckenden Krankheiten in Familien mit schulpflichtigen Kindern zu ihrer Kenntnis kommen.

Sehr am Platze ist die Bestimmung (§ 40), daß der Lehrer verpflichtet sei, neben dem Gesundheitszustand auch auf die körperliche Reinlichkeit der ihnen anvertrauten Kinder ein wachsames Auge zu haben und bei wahrgenommenen Schäden den Eltern, nötigenfalls der Schulbehörde Anzeige zu machen, die ihrerseits auf Anordnung geeigneter Maßnahmen zu dringen hat. Hier kommt insbesondere die Läusesucht in Frage, ein Krebsübel, dem man ohne radikale Mittel nicht beikommt, und die verbreiteter und auch von weitergehender Bedeutung ist, als von Unkundigen vielfach angenommen wird. Einzelne Städte sind bereits vorgegangen; in Lausanne wurde als Mittel zur Vertilgung der Läuse ein Gemisch von Petroleum und Olivenöl von schulamtlicher Seite verordnet, während in Wiesbaden die Läusesucht zu den ansteckenden Krankheiten gerechnet und nach den gleichen Bestimmungen behandelt wird, wie die letzteren.

Hinsichtlich der Hausaufgaben ist in der Verordnung insofern eine Aenderung eingetreten, als ausdrücklich gesagt ist, daß die schriftlichen Hausaufgaben in den ersten drei Schuljahren untersagt, in den folgenden in einem „weisen Maße"*) zu erteilen seien, während die gleiche Bestimmung bisher für die häusliche Bethätigung der Schüler überhaupt galt. Nach dem Wortlaute der bisherigen Verordnungen sind in der Elementarschule alle Hausaufgaben untersagt gewesen; nun gibt es aber auf allen Schulstufen gewiß auch andere Hausaufgaben, als nur solche in Schreiben und Rechnen; man denke an Lesen, Memorieren, Messen, Skizzieren, sodann gewisse Vorbereitungen auf den Unterricht und vor allem Uebungen in der praktischen Anwendung der im Unterrichte in der Sittenlehre gewonnenen Lebenswahrheiten. Die letzteren Uebungen verdienen ganz besonders die Beachtung der Schule; denn was nützen alle die

*) Wir halten diese Bestimmung für eine viel zu unbestimmte und unter Umständen auch völlig wirkungslose. Red.

Digitized by Google

schönen Sprüche, alle die weisen Lehren, wenn sie nicht täglich in That und Wahrheit umgesetzt werden. Solange das Kind in die Schule geht, ist das Schulgewerbe sein Beruf, und da reicht die beschränkte wöchentliche Stundenzahl nicht aus zur vollen Vertiefung des Unterrichtsstoffes. Ganz recht ist es, wenn man das Schreiben und Rechnen als Hausaufgabe einschränkt im Hinblicke auf die vielfach mangelhaften Einrichtungen, welche den Schülern hierfür zu Hause zur Disposition stehen; die Beibringung der Fertigkeiten im Schreiben und Rechnen ist ja auch nicht die Hauptaufgabe der Schule, sondern nur Mittel zum Zweck; ihre Aufgabe ist es vielmehr, neben der Bildung des Körpers und des Geistes insbesondere die Liebe zum Guten und Wahren, die Schaffensfreudigkeit und den Thätigkeitstrieb in der jungen Welt zu wecken und bleibend zu kräftigen; denn ein ehrlicher, gerader Mensch, der gern arbeitet, kommt immer durch die Welt, könne er etwas besser oder weniger gut schreiben, lesen und rechnen. Wir können also nicht in den Ruf: „Fort mit den Hausaufgaben!" einstimmen, sondern müssen solche im Umfange der Vorschriften der neuen Verordnung nur begrüßen; der gute Lehrer weiß auch Hausaufgaben zu erteilen, durch welche die Schüler ganz unvermerkt zu Hause in der Uebung für die Schule bethätigt werden.

Neu ist ferner die gewiß sehr gerechtfertigte Forderung, daß Schulkinder, welche von irgend einem Fache dispensiert sind, nicht Privatunterricht genießen dürfen, der in keinem Zusammenhang mit dem Schulunterricht sich befindet.

Der Abschnitt über die Unterrichtslokalitäten enthält die sehr zeitgemäße Neuerung, daß die Turnhallen täglich gründlich zu reinigen seien, während die bisherigen Bestimmungen die Turnhallen den übrigen Schullokalen gleichstellten und wie für diese nur mindestens zweimalige Reinigung wöchentlich vorschrieben. Hoffentlich kommt es doch in absehbarer Zeit dazu, daß man es als ebenso selbstverständlich findet, daß wie eine Wohnstube, so auch das Schulzimmer täglich gekehrt werde. Was würde man von einer Hausfrau sagen, die nur alle zwei bis drei Tage ihre Wohnstube kehrte, und doch gehen dort nur wenige Personen ein und aus, während in der Schulstube täglich fünfzig und sechzig Kinder verkehren, von denen nicht alle von Haus aus daran gewöhnt sind, vor dem Betreten des Hauses und des Zimmers die Schuhe zu reinigen. Die Frage des täglichen Kehrens der Schulzimmer hat ja allerdings neben der gesundheitlichen und sagen wir erzieherischen Seite auch eine finanzielle; die letztere dürfte aber nicht so schwerwiegend sein, daß nicht versucht werden könnte, die ersteren zu ihrem vollen Rechte zu bringen.

Disziplin. Einleitungsweise bringt dieser Abschnitt sehr schöne Vorschriften über das Verhalten des Lehrers: er soll seine ganze Kraft in den Dienst seines Lehramtes stellen, auf den täglichen Unterricht sich gewissenhaft vorbereiten, in der Schulführung auf eine gleichmäßige Beschäftigung der Schüler Bedacht nehmen, bei Beginn und Schluß des Unterrichtes die im Stundenplane festgesetzte Zeit genau inne halten, während der Schulzeit seine ganze Thätigkeit und Aufmerksamkeit ausschließlich dem Unterrichte zuwenden, gegenüber den Schülern freundlich und würdig sich benehmen ꝛc.

Während die Verordnung sich sonst hinsichtlich der Disziplinarmittel an die Schulordnung vom 7. Dezember 1866 hält, wird nunmehr die körperliche Züchtigung ausdrücklich zugelassen. In § 87 heißt es nämlich: „Bei Ausübung seiner Strafbefugnis soll der Lehrer gerecht und ohne Leidenschaft verfahren. Körperliche Züchtigung darf nur in Ausnahmefällen zur Anwendung kommen, in jedem Falle aber soll der Lehrer dabei sich nicht vom Zorne hinreißen lassen und sorgfältig sich alles dessen enthalten, was das körperliche Wohl oder das sittliche Gefühl des Schülers gefährden könnte." Die körperliche Züchtigung ist als Erziehungsmittel

Digitized by Google

ein zweischneidiges Schwert; man wird in einzelnen Fällen nicht ohne sie auskommen. Wie sagt unser Dichter: „So lange das goldene Zeitalter noch nicht gekommen ist, müssen böse Buben geprügelt werden!“ Wo aber bei jeder Kleinigkeit nur geprügelt wird — und es soll solche Schulen geben — da wird der lebensfrohe Geist erstickt und die Schule wird statt zur „Werkstätte der Menschheit“ zur Marterstube. Vor allem sollte im allgemeinen nicht zulässig sein, daß ein Schüler körperlich gestraft wird, weil er seine Aufgabe nicht richtig gelöst hat; nicht immer ist hieran der Schüler schuld. Der Lehrer suche die Schuld auch hie und da bei sich selbst und gebe sich Rechenschaft, ob er die Erklärung auch so gegeben, daß er imstande gewesen, die Aufmerksamkeit der Schüler zu fesseln und jedem Schüler einen klaren Begriff der Sache beizubringen. Es ist zu hoffen, daß, obwohl der Lehrer zur Anwendung der körperlichen Strafe legitimiert ist, doch die Ansicht nach und nach in Lehrerkreisen sich Bahn bricht, daß die körperliche Züchtigung unter den Erziehungsmitteln dieselbe Rolle einnimmt, wie die Gifte in der Medizin.

Sehr zu begrüßen sind die weiteren Bestimmungen, daß das Zurückbehalten von Schülern nach dem Unterrichte nur bei gleichzeitiger Anwesenheit des Lehrers zulässig und daß das oftmalige Abschreiben einer und derselben Aufgabe als Strafmittel als unzweckmäßig zu vermeiden sei.

Die übrigen Abschnitte der Verordnung (Beaufsichtigung der Volksschulen, besondere Bestimmungen betreffend die Handarbeit der Mädchen u. s. w.) bieten ein mehr lokales Interesse, haben keine direkten Beziehungen zur Schulhygiene, und kann somit von einer Besprechung derselben an dieser Stelle Umgang genommen werden.

Jedenfalls müssen wir, wenn wir die neue Verordnung über das Volksschulwesen überblicken, konstatieren, daß sie geeignet ist, unser Schulwesen in mancher Hinsicht einen merklichen Schritt vorwärts zu bringen. Wo wir weitergehende organisatorische Aenderungen gewünscht hätten, da hat das Gesetz der kantonalen Behörde Schranken gesetzt, die beachtet werden mußten.

An den unteren Schulbehörden und zumal an den Lehrern ist es nun, dafür zu sorgen, daß die schönen Bestimmungen nicht als Worte auf dem Papier stehen bleiben, sondern in That und Wahrheit umgesetzt werden.

Zur Geschichte der Hungersnöte.

Wer aus Schilderungen von Zeitgenossen (z. B. Prof. Scheitlin in St. Gallen) die Schrecken der Hungerjahre 1816 und 17 in unserem Vaterlande in Erinnerung hat, wird mit bewegtem Herzen die entsetzlichen Nachrichten über die Hungersnot in Englisch-Indien gelesen haben. In geradezu fürchterlichem Grade ist durch diese Art von materieller Seuche die dortige Volksgesundheit heimgesucht worden, welche auch noch sonst durch die Geißeln der Pest und Cholera in einem alle unsere Vorstellungen übersteigendem Maße Schaden litt und leidet. In Zürich kann von dem allezeit rührigen Menschenfreunde Scholder-Develay (auch durch die Buchhandlungen der evangelischen Gesellschaft, des christlichen Vereins) kostenlos ein Schriftchen, betitelt: Die Hungersnot in Indien, bezogen werden. Dasselbe enthält die zuverlässigen Berichte von Augenzeugen über die schrecklichen Notzustände, welche im Zentrum und in den westlichen Provinzen jenes ungeheuren Reiches ausgebrochen waren. Die unglückliche Bevölkerung wurde dort schon in früheren Zeiten von ähnlichen Prüfungen schwer betroffen und hat das Elend des Jahres 1897 nicht überwunden. In verschiedenen Bezirken hatten

Digitized by Google

besonders schwächliche Kinder unter der Plage zu leiden und die Fälle sind nicht selten, wo Eltern notgedrungen unter Zurücklassung der armen Wesen verschwanden. Die Regierung bietet alles in ihren Kräften stehende auf, um die Not einigermaßen zu lindern, kann jedoch bei dem Umfange, den dieselbe angenommen hat, nicht einmal die dringendsten Bedürfnisse befriedigen.

Ich habe, so berichtete der indische Beamte Sexton, schon verschiedene ähnliche Zeiten erlebt, doch ist die jetzige die schlimmste. Die indische Regierung bedarf dringend weiterer größerer Hilfsmittel.

Im Schriftchen werden ferner interessante Mitteilungen von Lambert, einem Polizeibeamten in der Präsidentschaft Bombay, veröffentlicht. Er hielt sich im letzten Jahre einige Zeit in der Schweiz auf und richtete nun einen Brief an Scholder-Develay in Zürich, mit der Bitte um eine Sammlung von Liebesgaben für die Hungernden von Indien. Die von jenem Gewährsmann an Ort und Stelle aufgenommenen und im Schriftchen reproduzierten photographischen Bilder, sowie die gemachten Beobachtungen im Hungerlande, welche von seiner noch in Lausanne weilenden Frau ergänzt wurden, bilden den Hauptinhalt des lesenswerten, das Mitleid herausfordernden Büchleins. Wir empfehlen barmherzigen Lesern dieser Blätter, sich dasselbe von einer der oben genannten Stellen kommen zu lassen und die traurigen Schilderungen zu lesen. Der eine oder andere sieht sich dann vielleicht veranlaßt und ist im Stande, eine Unterstützung zu spenden. (Einsendung an Scholder-Develay, Lavaterstraße 65, Zürich II.) Die Liebesgaben für die Unglücklichen werden an obgenannten Beamten Lambert in Ahmedabad (Englisch-Indien) direkt gesandt. Er ist eine bekannte Persönlichkeit in der Schweiz und sein Name bürgt für ehrliche Verwendung der auf den Altar der Nächstenliebe gelegten Opfer.

Vergiftungen in England.

Die schweizer. Wochenschrift für Chemie teilt mit, daß es wohl kaum ein Land in der Welt gebe, in welchem der Giftverkauf so wenig Beschränkungen unterworfen sei, wie in England. Damit im Zusammenhang steht eine enorme Zahl von Vergiftungen, freiwilligen und zufälligen. Allein in England (Schottland und Irland ausgeschlossen) zählt man jährlich mehr als 1100 Vergiftungsfälle; es macht dies ungefähr 1 auf 26,000 Einwohner. In der Schweiz, mit strengem Reglemente bezüglich Verkehr mit Giften, zählte man im Mittel der letzten sechs Jahre nur 1 Vergiftung auf 150,000 Bewohner.

In England richtet die Karbolsäure am meisten Unheil an; ein Fünftel aller Vergiftungen wird durch sie hervorgerufen. Sie ist ein beliebtes Mittel in der Hand von Lebensüberdrüssigen. Von 1894—98 geschahen durch sie 899 Selbstmorde (180 pro Jahr).

Obstverwertung.

Der große diesjährige Obstreichtum macht es wünschenswert, recht viel Obst im Inlande zu verwerten, teils sorgfältig einzulagern zum Frischgenuß, teils zu dörren oder zu Konserven zu verarbeiten, teils auch zur Mostbereitung zu benutzen. Um das Dörren, das in der Schweiz seit Jahren immer mehr vernachlässigt wurde, in richtige Bahnen zu leiten, werden an der

Digitized by Google

deutschschweizerischen Versuchsstation und Schule für Obst-, Wein- und Gartenbau in Wädenswil zweitägige Dörrkurse stattfinden und zwar vom 3. September an. Es wird täglich um halb 8 Uhr begonnen und nach zwei Stunden theoretischen Unterrichts werden sechs Stunden praktische Uebungen abgehalten. An die der Anstalt durch die Kurse erwachsenden Extra-Ausgaben hat jeder Teilnehmer einen Beitrag von 2 Fr. zu entrichten. Anmeldungen sind bis zum 26. August an die Anstaltsdirektion zu richten. Unterkunft ist in den Gasthöfen und Privathäusern in Wädenswil leicht erhältlich.

Der alljährlich stattfindende sechstägige Obstverwertungskurs, bei dem alle Zweige der Obstverwertung, insbesondere auch die Mostbereitung gelehrt werden, findet etwa Mitte September statt und wird besonders ausgeschrieben werden.

Nach Mitteilungen aus dem Baselbiet ist der diesjährige Obstsegen, der durch reichlichere Verwertung des gesunden Obstes einige Bedeutung auch für die Volksgesundheit hat, obgleich ja der Nährwert desselben kein hoher, so groß, daß man auf das Jahr 1847 zurückgreifen muß, um ein Obstjahr von gleichem Reichtum zum Vergleich zu finden. Es ist vorgekommen, daß Bauern ganze Bäume voll Kirschen verschenkt haben, um die Früchte nicht zu Grunde gehen zu lassen, daß das Geschenk aber abgelehnt wurde, weil das Pflücken den Arbeitslohn nicht rentiere. Bezüglich der Obstverwertung für den Herbst wird gemeindeweise oder genossenschaftliche Organisation vorgeschlagen, um Mittel zu finden, wie man die große Obsternte am zweckmäßigsten verwenden könne.

Gesundheitsgemäßes Sitzen bei Hausaufgaben.

Leider kann die Schule, speziell in höheren Klassen, des Uebels der Hausaufgaben nicht entbehren, obgleich hier in der Aufbürdung erfahrungsgemäß oft weit über zulässiges Maaß hinausgegangen wird. Von Wichtigkeit für die Leibesgesundheit ist bei diesen häuslichen Schularbeiten das Sitzen, besonders beim Schreiben. In seinen Ratschlägen zur Gesundheitspflege der Schüler lehrt der nieder-österreichische Landesschulrat hierüber folgendes:

Bei der Lese- und Schreibarbeit zu Hause ist darauf zu achten, daß der Schüler ausgiebiges Licht — aber nicht Sonnenstrahlen — auf seiner Arbeit habe. Für das Schreiben ist unbedingt Licht von links nötig (Fenster links seitwärts, Lampe links); die Lampe soll ein kräftiges, nicht grelles, ruhiges, nicht flackerndes Licht liefern. Tische mit runden Platten eignen sich nicht gut zur Schreibarbeit. Es ist darauf zu achten, daß nicht schief, verkrümmt, stark vorgebeugt, oder mit an die Tischkante gelehnter Brust gesessen wird. Die Lendengegend möge durch ein an die Stuhllehne gehängtes, festes Kissen (Schlummerrolle u. dgl.) gestützt werden („Kreuz hohl"). Die Beine sollen weder übereinandergeschlagen gehalten werden, noch in der Luft baumeln, sondern die Sohlen sollen voll, und zwar so aufruhen, daß die Knie nicht an den Leib angezogen werden. Für kleine Schüler wird daher ein passender Schemel nötig. Die Vorderkante des Stuhlsitzes reiche ein bis drei Finger breit unter den Tischrand, d. h. die Entfernung der Lehne von der Tischkante sei nur wenig größer als die Körperdicke, und die Sitzplatte des Stuhles sei (von vorne nach hinten gemessen) etwas kürzer als der Oberschenkel. Zur Verkürzung kann ein festes Kissen an die Lehne gelegt werden. Die Tischplatte sei so hoch über der Sitzfläche, daß bei herabhängendem Arm des Sitzenden die Tischfläche in der Höhe des Ellenbogens liegt; um dies zu erreichen, wird man für kleine Schüler den Sitz durch eine passende Auflage erhöhen. Dagegen würde ein zu niedriger Tisch ein zu starkes Herabbeugen des Rumpfes (Behinderung der Atmung u. s. w.) nötig machen. Die Entfernung der

Digitized by Google

Augen von der Arbeit betrage mindestens 30 cm. Der Rumpf werde beim Schreiben thunlichst gerade, der Kopf mäßig gebeugt gehalten. Beim Lesen ist eine einigermaßen ausgesprochene Ruhehaltung, Anlehnen an geneigte Lehne bei etwas zurückgeschobenem Stuhle, besser möglich. Da eine starke Abwärtsdrehung der Augen auf die Dauer anstrengend ist, so wird der Kopf beim Schreiben immer etwas zur Arbeit geneigt sein müssen. Beim Lesen kann eine günstige Stellung des Buches durch ein untergelegtes Buch, Halten des Buches in der Hand u. a. leicht erzielt werden. Beim Schreiben ist das Heft vor die Mitte des Körpers zu legen und allmählich von sich wegzuschieben, wenn die unteren Zeilen geschrieben werden.

Wohlhabende Familien mögen sich ein verstellbares Arbeitspult für die Kinder anschaffen.

Zu vermeiden ist seitens der Schüler die Nahearbeit an kleinen Gegenständen, Lesen ꝛc. in der Dämmerung, im Liegen und Fahren, sowie anhaltendes Lesen kleineren oder engeren Druckes, als er in den daraufhin amtlich geprüften Schulbüchern zu finden ist, endlich der Gebrauch einer sehr kleinen und zarten Handschrift.

Pferdefleischessen.

In dem Briefkasten der illustrierten Familien-Zeitschrift „Zur guten Stunde" stand jüngst bezüglich des noch immer wegen eines falschen Vorurteils in der Volksernährung gering geschätzten Pferdefleisches folgende vernünftige Antwort:

Die alten Germanen aßen gerne Pferdefleisch; es war bei ihnen sogar Opferfleisch (also selbst eine Götterspeise). Die übereifrigen Diener der christlichen Kirche rotteten mit den heidnischen Opfern auch das damit so eng zusammenhängende Pferdefleischessen aus. Neuerdings kommt man der Billigkeit wegen wieder mehr und mehr auf den Genuß jener Fleischsorte zurück. Bei guter Qualität (von nicht zu alten und abgehetzten, ordentlich gefütterten und gepflegten Tieren) sowie richtiger Zubereitung ist das Fleisch sehr schmackhaft, und es wäre ein nützliches und gewiß lohnendes Vorgehen, wenn man in die Kochbücher Rezepte zur sachgemäßen Zubereitung von Pferdefleisch aufnehmen wollte.

Fußpulver bei Fußschweiß.

Als ein vortreffliches und billiges Streupulver bei Schweißfuß (Bepuderung des Fußes damit am Morgen und Einstaubungen in die Fußwäsche, welche häufig zu erneuern ist) empfiehlt sich folgende Mischung:

Alaun, fein gepulvert	15 Teile
Talk	85 „

Neue Litteratur über schweizerische Kurorte.

Europäische Wanderbilder: Verlag: Artist. Institut Orell Füßli, Zürich.

1) J. J. Arbenz: Der Kurort Walzenhausen. (No. 254.) Mit 12 Illustrationen von J. Weber und 1 Karte. 32 S. 50 Rpp.

Eingeführt durch ein hübsches Gedicht, welches die Naturreize der näher zu schildernden Kurlandschaft vorausverkündet, wandern wir an der Hand des gegendkundigen, poetisch veranlagten Verfassers, eines langjährigen verdienten Reallehrers in Rheineck, im St. gallischen

Digitized by Google

Nachbarstädtchen des freundlichen Appenzellerdörfchens, in letzterem und seiner malerischen Umgebung umher, die frische Luft und die lieblichen Aussichten mit Wonne genießend. Unter den neueren appenzell-außerrhodischen Kurorten hat sich das 682 Meter hoch gelegene Walzenhausen mit seiner klimatisch günstigen Lage und seiner Fülle prächtiger Wanderziele einen sicheren Platz erworben, der auch, seit eine bequeme Drahtseilbahn von der rheinthalischen Thalsohle mühelos hinauf führt, immer mehr gewürdigt und besucht wird. Das prächtige neue Wanderbild mit seinen anschaulichen Schilderungen und den netten Zeichnungen des bewährten Landschaftszeichners wird zu vermehrter Popularität des beliebten Kurortes und Ausflugszieles beitragen.

2) Dr. phil. Ernst Lechner: Pontresina. (No. 255.) Mit 14 Illustrationen von J. Weber und 1 Karte. 32 S. 50 Rpp.

In dem von Mutter Natur so reichgesegneten Kanton Graubünden ist das Oberengadin ein Hauptmagnet für Kuranden, Sommerfrischler und Touristen. Manche Monographien über die ganze Thalgegend oder einzelne Orte desselben, wie z. B. St. Moritz, Maloja (in der Sammlung der Europäischen Wanderbilder) haben die Schätze der gebenedeiten Gegend bereits aufgedeckt. Eine Perle darin ist Pontresina, „der Glanzpunkt und starke Magnet einer großartigen Gebirgswelt". Man muß deshalb lebhaft begrüßen, daß ein gewiegter Landschaftskenner den herrlichen Platz zum Gegenstande eines Wanderbildes gemacht hat, unterstützt vom fruchtbaren Zeichenstift unseres J. Weber. Der Verfasser führt uns zunächst durch das Dorf und zeigt uns die sehenswürdigsten Punkte desselben, wobei er Geschichte und Kulturgeschichte sprechen läßt. Auch die sprachlichen Eigentümlichkeiten der Bevölkerung, wie nicht minder der gesunde „Magenwein" Veltlins erfahren Berücksichtigung. Die berg-, thal- und gletscherherrlichen Umgebungen locken zu mancherlei genußvollen Wanderungen, was ja im Zwecke eines Wanderbildes liegt. Keiner, welcher das Ober-Engadin besucht, um dort zu sommerfrischeln und im Hochland neue Kräfte zu sammeln, unterlasse es, sich mit diesem neuesten billigen und zuverlässigen Lokalführer zu bewaffnen. C.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten **ärztl. Autoritäten** das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**

Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G

Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.

Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas
sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.

M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am **Zürichsee.**

Bad Buchenthal 2

Wasserheilanstalt u. Sanatorium Kt. St. Gallen (Schweiz).
Elektr. Licht. Eisenbahnstation **Uzwyl** der V. S. B. Telephon.
Die vollkommensten Einrichtungen für das gesamte **Wasserheilverfahren**

Elektrotherapie	**Wellenbäder**	**Schwimmbäder**
Heilgymnastik	**Dampfbäder**	**Elektrische Bäder**
Massage	**Bettdampfbäder**	**Diätetische sowie**
Fangotherapie	**Sonnenbäder**	**Entziehungs-Kuren**

Mässige Preise. Prospekte gratis
durch den Besitzer: **J. Rogenmoser.** und 13 G leitenden Arzt: **Rob. Vogt,** Arzt aus Bern.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Leichtverdaulich, überaus nährend, knochenbild. Bewährt bei normaler u. gestörter Gesundheit der Kinder, spec. bei **Verdauungsstörungen, Brechdurchfall, Rhachitis, Scrophulose.**

300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 27
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur „**Arche**" und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement „**Lilienberg**". 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 88 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Rigi-Klösterli Hôtel Schwert

84G

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Rüttihubelbad im Emmenthal,

Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn.
736 m ü. M.

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürft'ge.
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 83
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.
Eig. **Niklaus Schüpbach.**

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.

Glänzende Heilerfolge!

In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch **Passugger Heilquellen Passugg u. Répôts.**

Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eichelberg**, Dr. Sieben's Nachf., Zürich III.

Orell Füssli, Verlag, Zürich.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett Preis 75 Cts.
Die Fehlgeburt „ 75 „
Den Frauen gewidmet von Prof. Dr. **Spöndly**, Hebammenlehrer in Zürich. G41
Die Krankenernährung und Krankenküche v. A. Drexler. Diätischer Ratgeber. 90 Cts.
103 Rezepte Engl. Puddings u. Cakes f. die deutsche Küche. Von Anna Rieter.
2. Auflage Fr. 1.20
Vorrätig bei **Th. Schröter's**, Sortim. Zürich, Seidengasse 7.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

Digitized by Google

HYGIAMA

Klinisch und praktisch seit Jahren erprobtes Nähr- und Kräftigungsmittel, ausgezeichnet durch Leichtverdaulichkeit und angenehmen Geschmack.

300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3 50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 24

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtthg.)

Grau-bünden **Kurhaus Cresta-Avers** **1849 M. ü. M**

Neu und komfortabel eingerichtet (27 Zimmer, 36 Betten).

Saisondauer: 15. Juni bis 15. September.

Avers gehört zu den besuchenswertesten Alpenthälern (Fschnd). Höchstes in Dörfern bewohntes Tal Europas. Mühelose, auf Stunden auszudehnende Spaziergänge. Hochgebirgstouren. **Mehrere lohnende Bergübergänge nach dem Engadin und Bergell:** Septimer-Cassacia, Lunghino-Maloja, Stallerberg-Stalla, Duana-Soglio, Madriserberg-Chiavenna. **Fahrpostverbindung** mit **Thusis** (Eisenbahnstation) und **Andeer.**

Prospekte gratis bis zum Beginn der Saison durch den Besitzer des Kurhauses: Joh. Wieland, Thusis, später durch die Kurhaus-Direktion, Cresta-Avers. 40 G

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI

1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.

Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

Privat-Heilanstalt „Friedheim"

Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl. Spezialarzt, nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8 G

Blechschwimmgürtel „AEGIR"

für Kinder, Damen und Herren. Neueste, verbesserte Ausführung. Sehr leicht und absolut zuverlässig. ◆ Man verlange Prospekt. ◆
Zu haben bei **D. Denzler,** Seiler, **Sonnenquai 12.** 42G
Versandt nach auswärts durch **H. Prager, Zürich V.**

Hotel und Pension Johannesburg

bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftssäle. **Restauration.** Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger

Fleischbrühe

— **nicht** entfettet —

für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln*
Für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster

Kraftbrühe

— entfettet, extra stark —

für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln*
Für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten, Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den **Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.**

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Elsgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

---

101 und Wünsche
Winke
für die Gesundheit

Von Dr. G. Custer

5846

Dieses Schriftchen giebt in volkstümlicher knapper Weise Aufklärung über die wichtigsten Grundsätze praktischer Gesundheitslehre

Preis: broch. 40 Cts.
für Anstalten u. Vereine: 10 Expl. Fr. 3.75, 100 Expl. 30 Fr.
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Nachtstühle

gesetzl. geschützt. Hygien. praktische *Familien-Möbel* 2511
Silb. Medaille, Thun 1899. Neueste Schreib- und Lehnsessel, Bidet, Arbeitsstühle. **P. Scheidegger,** Sitzmöbelschreiner, **Zürich III,** Bäckerstr. 11.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. September 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 16

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Zu kalt baden gesundheitsgefährlich! — Die XXV. Jahresversammlung des deutschen Vereins für öffentliche Gesundheitspflege. — Witterung im Juli 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Juli 1900 in Zürich Verstorbenen. — Gesundheitszustand im Juli 1900. — Inserate.

Zu kalt baden gesundheitsgefährlich!

In den Zeitungen wurde kürzlich berichtet, daß ein deutscher Baron von Metzsch beim Baden im Berninabach (Oberengadin) bei einer Temperatur von 5°, schreibe fünf Grad! ums Leben gekommen sei. Er pflegte in diesem Gletscherwasser wiederholt am Morgen früh zu baden und wurde, als man ihn eines Tages nachher vermißte, durch Bergführer aus dem hochgehenden Bach unter großen Schwierigkeiten tot herausgefischt. In Pontresina war der fremde Baron von einem befreundeten Arzte auf die Gefährlichkeit seines Badens im sehr kalten Berninawasser aufmerksam gemacht und davor gewarnt worden. Er wollte aber nicht darauf hören und schenkte einem unklugen englischen Arzte mehr Glauben, der vor Jahren ungefähr an nämlicher Stelle des Berninafalles auch gebadet und darin das beste Abhärtungsmittel erblickt hatte!

Ganz abgesehen von der alten Wahrheit des Satzes: „Eines schickt sich nicht für Alle, sehe jeder, wie er's treibe", ist Baden in Wasser von so überaus niedriger Temperatur immer höchst bedenklich und gefährlich, namentlich, wenn es nicht etwa nur durch bloßes rasches Hineintauchen des Körpers, sondern durch längeres Verweilen in offenem Gewässer, also im Freien und noch dazu allein, geschieht. Eine solche fanatische und übertriebene Abhärterei, gar noch kurmäßig, d. h. oft betrieben, ist mit allerlei Gefahren für die Gesundheit, besonders für Herz und Gehirn (Herz- oder Hirnschlag) durch starken Blutandrang von der enorm abgekühlten Haut nach inneren lebenswichtigen Organen verbunden, für ältere Leute natürlich noch weit mehr als für jüngere. So verschieden die Widerstandskraft des Körpers gegen niedrige Wassertemperaturen bei verschiedenen Personen auch sein mag, so sollten doch im Durchschnitt 12° R der niedrigste Wärmegrad sein, den ein Gewässer, sei es See, Fluß, Teich oder Bach besitzen muß, um zum eigentlichen Baden für besonders Abgehärtete sich zu eignen. Die überwiegende

Digitized by Google

Mehrzahl von Leuten muß noch länger zuwarten und sollte erst mit etwa 15° zu baden anfangen, im Sommer aber auch bei dieser noch niedrigen Temperatur gewohnheitsgemäß fortfahren, nicht zu lange (viele nicht über 5, andere bis höchstens 10 Minuten) im Bade verbleiben, sich in demselben tüchtig bewegen, am besten durch Schwimmen. Zwischen hinein genommene Abdouchungen des Körpers mit noch kühlerem Wasser, wenn dafür Vorrichtungen in der Badanstalt bestehen, und am Schlusse tüchtiges Abreiben (Frottieren) der Hautfläche, um eine gehörige Reaktion (Blutzufluß) in derselben zu erzeugen, das sind vorzügliche und vernünftige Abhärtungsmethoden. Setzt man zum Schlusse, nachdem der Leib gehörig abgetrocknet ist, denselben noch einem Luftbad mit Sonnenbestrahlung aus, so wird die Absicht, den Körper für die verschiedensten Temperaturgrade zu dressieren und die Haut für Wetterhaussen und -baissen, Sprünge und Launen der Atmosphäre, zu trainieren — ein in unserem wechselvollen Klima besonders wichtiges Leistungsvermögen der allgemeinen Decke unseres Leibes — vorzüglich erreicht. So können auch Schnupfen- und Rheumatismussüchtige, Influenza- und Hustenliebhaber nach und nach, durch allmälige Steigerungen der Badezeitdauer ꝛc., sich wind- und wetterfester — nach Jäger auch seuchenfester — machen. Ein Verdunstenlassen des Wassers auf der Haut an freier Luft nach Verlassen des Bades ist schon ein stärkerer Eingriff in die Oekonomie der Körperwärme und muß man dabei sehr vorsichtig zu Werke gehen. (Zuerst nur an einzelnen Teilen der Haut, bei ruhiger Luft und starkem Sonnenschein.) Alles kommt bei Abhärtungskuren darauf an, wie groß die Empfindlichkeit der betreffenden Person oder ihr Widerstandsvermögen beschaffen sei. Darnach hat sich das besondere Vorgehen im Einzelfall zu bemessen. Niemals verfahre ein Verzärtelter oder ein Schwächling, im Anfang der Badesaison aber auch schon der von früheren Jahren her Erprobte, zu stürmisch und fanatisch, sondern gehe sehr allmählig und vorsichtig zu Werke. Jeder beobachte genau die Wirkung der Wasserprozeduren auf sein Allgemeinbefinden und lasse sich nicht durch das Beispiel besonderer Stahlnaturen — sog. Eisbären — verführen, die gleichen gewagten Methoden sportmäßig auch sofort und unbedachtsam an der eigenen, vielleicht weit zarter gebauten und weniger abhärtungsfähigen Körpermaschine zu probieren. Aus diesem nämlichen Grunde eignet sich die beliebte Kneipp-Wassergießerei auch nicht für jedermann sofort und schablonenmäßig. Schwindsüchtige z. B. können dadurch geradezu umgebracht werden.

Die XXV. Jahresversammlung des deutschen Vereins für öffentliche Gesundheitspflege

wird vom 12.—15. September in Trier, in der alten Stadt von Rheinpreußen, stattfinden Es gelangen folgende Themate zur Behandlung:

I. Maßregeln zur Bekämpfung der Pest: Referent Professor Gaffky.

Schlußsätze.

1. Die Maßregeln zur Bekämpfung der Pest haben durch die Entdeckung des spezifischen Krankheitserregers und durch die Forschungen über sein Verhalten innerhalb und außerhalb des menschlichen und tierischen Körpers schon jetzt eine sichere Grundlage erhalten.

2. Die zum Schutz gegen das verseuchte Ausland erforderlichen Abwehrmaßregeln lassen sich innerhalb des Rahmens durchführen, welcher durch die Bestimmungen der internationalen Sanitäts-Konvention von Venedig gegeben ist.

Jene Maßregeln werden ihren Zweck umso sicherer erfüllen, je zuverlässiger und je besser vorgebildet die mit ihrer Ueberwachung betrauten Organe sind.

Digitized by Google

3. Da die Pest den günstigsten Boden für eine epidemische Verbreitung in dicht bebauten, überfüllten und unreinlichen Wohnquartieren findet, so ist auf die Sanierung solcher Quartiere schon in seuchefreien Zeiten großes Gewicht zu legen.

4. Je früher die stattgehabte Einschleppung der Pest an einem Orte bakteriologisch festgestellt wird, um so sicherer wird es gelingen die Epidemie im Keime zu ersticken.

Wenn bei drohender Pestgefahr ein auffallendes Sterben unter den Ratten bemerkt wird, so ist alsbald eine bakteriologische Untersuchung der Kadaver zu veranlassen.

Gruppenweise vorkommenden Lungenentzündungen ist in Pestzeiten besondere Aufmerksamkeit zuzuwenden.

5. Um eine Einschleppung der Pest auf dem Seewege thunlichst frühzeitig erkennen und unschädlich machen zu können, ist neben der gesundheitlichen Kontrolle der einlaufenden verdächtigen Seeschiffe vor allem auch eine ständige ärztliche Ueberwachung des Gesundheitszustandes der Schiffsbevölkerung in den Häfen selbst notwendig. Gute Einrichtungen zur Desinfektion sowie zur Unterbringung von kranken und verdächtigen Personen dürfen in den Häfen nicht fehlen.

6. Beim Auftreten der Pest innerhalb des deutschen Reiches bieten die in dem sogen. Reichsseuchengesetze enthaltenen Bestimmungen über die Anzeigepflicht, die Ermittelung der Krankheit, die Schutzmaßregeln ꝛc. ausreichende Handhabung zur Bekämpfung der Seuche.*)

Anzustreben bleibt der Erlaß eines die obligatorische ärztliche Leichenschau regelnden Reichsgesetzes. Die Bestimmung in § 10 des Reichsseuchengesetzes, nach welcher für die von der Pest bedrohten oder befallenen Orte und Bezirke durch die zuständige Behörde die Leichenschau angeordnet werden kann, ist als ausreichend nicht zu betrachten.

7. Die Entsendung bakteriologisch geschulter Sachverständiger ist nicht nur zu Zwecken der rechtzeitigen Erkennung von Pestfällen, sondern auch zur Unterstützung der Medizinalbeamten und Behörden bei der Bekämpfung der Seuche dringend zu empfehlen.

8. Die guten Erfolge der Schutzimpfung mit abgetöteten Pestbakterien machen es wünschenswert, daß zur Immunisierung (Unempfänglichmachung) der in erster Linie der Ansteckung ausgesetzten Personen (Aerzte, Krankenpfleger ꝛc.) Impfstoff bereit gehalten wird. Es empfiehlt sich, die Herstellung des Impfstoffes einer Zentralstelle zuzuweisen, welche sich zugleich mit der Gewinnung eines wirksamen Schutz- und Heilserums zu beschäftigen hätte.

II. Wasserversorgung mittels Thalsperren in gesundheitlicher Beziehung. Referenten Prof. Intze und Fränkel.

III. Ursachen und Bekämpfung der hohen Säuglingssterblichkeit. Referent Prof. Prausnitz.

Leitsätze.

1. Die Sterblichkeit der Kinder im ersten Lebensjahre erfordert wegen der enorm großen Zahl der Opfer allgemeines Interesse.

2. Unter den Krankheiten, an welchen die Kinder im ersten Lebensjahre starben, spielen die Magen-Darm-Erkrankungen eine überwiegende Rolle.

3. Die Statistik hat, was die Sterblichkeit an Magen-Darm-Erkrankungen anlangt, festgestellt, daß

*) Aehnliche Bestimmungen enthalten auch das eidgenössische Epidemieengesetz und die für Abwehr der Pest speziell erlassenen Verordnungen. Red.

Digitized by Google

a) die Jahreskurve derselben erhebliche Schwankungen zeigt. Ein sehr großer Bruchteil stirbt in den Monaten Juli—September;

b) die Mehrzahl der Todesfälle Kinder der ersten beiden Lebensmonate betrifft;

c) die gestorbenen Säuglinge zum bei weitem größten Teil künstlich ernährt waren.

4. Aus diesen statistischen Erhebungen ist der Schluß gezogen worden, daß die künstliche Ernährung mit der in den Sommermonaten dem Verderben besonders leicht ausgesetzten Milch die Ursache der hohen Säuglingssterblichkeit ist, und es wurde auf die verschiedenste Weise versucht, die künstliche Säuglingsernährung derart zu gestalten, daß sie der Ernährung an der Brust möglichst gleichkommt.

Die Versuche betrafen die Herstellung

a) einer sterilen (an Krankheitskeimen freien)

b) einer in chemischer Beziehung der Muttermilch möglichst gleich zusammengesetzten Nahrung.

5. Das Gesamtresultat aller dieser Bestrebungen ist kein günstiges; die Sterblichkeit hat sich in den letzten Jahrzehnten nur wenig geändert.

6. Spezialforschungen haben deshalb weitere Klärung zu schaffen gesucht und festgestellt, daß die Wohnungen, bez. alle in dem Begriff: Wohlhabenheit zusammenzufassenden Verhältnisse (Nahrung, Pflege und Wohnung) für die Sterblichkeit der Säuglinge entscheidend sind.

7. Damit ist das Ergebnis der unter 4 angeführten Bestrebungen aufgeklärt. Von ihnen konnten eben nur die wohlhabenderen, nicht aber die ärmeren Klassen, welche in erster Linie in Betracht kommen, Nutzen ziehen. Auch sind durch diese Bestrebungen wichtige Punkte in den Ursachen der Säuglingssterblichkeit gar nicht berücksichtigt worden.

8. Eine starke Verminderung der Säuglingssterblichkeit an Magen-Darm-Erkrankungen ist überhaupt nicht zu erwarten; eine Besserung der Erkrankungs- und Sterblichkeitsgröße jedoch ist dadurch anzubahnen, daß

a) die Erkenntnis der wahren Entstehungsgründe für die hohe Säuglingssterblichkeit in weitesten Kreisen Verbreitung findet. Insbesondere sollten die Studierenden der Medizin, die Aerzte und die Hebammen nach dieser Richtung aufgeklärt werden;

b) durch Besserung der Gesundheitsverhältnisse der ärmeren Bevölkerung (Wohnung, Ernährung);

c) durch Bestrebungen, welche es ermöglichen, daß die Mütter ihre Pflichten den Säuglingen gegenüber erfüllen können;

d) durch eine scharfe Kontrolle der Personen, welche sich mit dem Aufziehen kleiner Kinder beschäftigen.

9. Durch die in 8 aufgezählten Mittel würde auch die allgemeine, von Magen-Darm-Erkrankungen unabhängige Säuglingssterblichkeit günstig beeinflußt werden.

IV. Zur Gesundheitspflege hinsichtlich Radfahren. Referent Dr. med. Merkel.

Leitsätze:

1. Das Radfahren ist nur gesunden Personen zu gestatten.

2. Bei körperlichen Gebrechen, Erkrankungen und Neigung zu solchen, bei jugendlichen und älteren Personen ist vor Beginn des Radfahrens ärztlicher Rat einzuholen.

3. Die jeweilige Leistungsfähigkeit eines Radfahrers hängt von seinem Allgemeinbefinden ab.

4. Der Rennsport beim Radfahren ist zu verwerfen.

Digitized by Google

V. Die Beschaffung und Verbesserung der kleinen Wohnungen in Städten. Referenten Oberbürgermeister Beck, Medizinalrat Dr. Reincke, Baurat Stübben.

Schlußsätze.

A) Allgemeines.

Ein gesundheitsgemäßes Wohnen in den Städten ist für die große Menge der minderbemittelten Bevölkerungsklassen nur dann zu erreichen, wenn nicht nur

a) für gesundheitsgemäße Beschaffenheit und Benutzung der vorhandenen Wohnungen gesorgt wird, sondern wenn auch

b) Vorsorge dafür getroffen wird, daß kleine Wohnungen in ausreichender Menge vorhanden sind, da es sonst nicht zu verhindern ist, daß gesundheitswidrige Räume zu Wohnzwecken benutzt und an sich gesundheitsgemäße Wohnungen gesundheitswidrig überfüllt werden.

B) Vorhandene Wohnungen.

Zur Herbeiführung gesundheitsmäßiger Beschaffenheit und gesundheitsgemäßer Benutzung der vorhandenen Wohnungen bedarf es folgender Maßnahmen:

a) Wohnungsaufnahme: Ermittelung der vorhandenen Mißstände durch eine gründliche Aufnahme aller städtischen Kleinwohnungen.

b) Privatthätigkeit: Thätigkeit von Privatpersonen und „Wohnungsvereinen" welche es sich zur Aufgabe stellen, wirtschaftlich schwache, insbesondere kinderreiche Arbeiterfamilien behufs Anmietung geeigneter und räumlich genügender Wohnung durch Geldzuschüsse zu unterstützen, sowie gesundheitlich schlechte Wohngebäude anzukaufen, umzubauen oder niederzulegen und durch geeignete Neubauten zu ersetzen.

c) Gemeindethätigkeit: Erwerbung, nötigenfalls Enteignung gesundheitswidriger Wohngebäude einzeln oder in ganzen Gruppen, teilweise oder gänzliche Niederlegung derselben und Errichtung zweckmäßiger Ersatzbauten. Endlich: Unterstützung der vorgenannten Privatthätigkeit.

d) Polizeiliche Thätigkeit: Erlaß einer polizeilichen Verordnung über Beschaffenheit und Benutzung der Wohnungen. Handhabung dieser Verordnung durch ständige Kontrolle von seiten geeigneter Wohnungs-Polizei-Organe.

C) Beschaffung neuer Wohnungen.

a) Polizeiliche Thätigkeit: Die Erbauung kleiner Wohnungen ist zu fördern durch Abstufung der Bauordnung unter Schonung der berechtigten örtlichen Interessen. Hierbei können die baupolizeilichen Anforderungen bezüglich der Baustoffe, Mauerstärken, der Entwässerungsanlagen, der Flur- und Treppenbreiten u. s. w. für kleine Wohnungen im Außengelände vereinfacht und erleichtert, während Mietkasernen daselbst ganz untersagt werden. Wo Mietkasernen zugelassen werden, sind an die einzelnen Wohnungen in denselben erhöhte Anforderungen zu stellen, besonders in Bezug auf Abgeschlossenheit jeder Wohnung, eigenen Vorplatz, eigene Wasserversorgung und eigenen Abort.

b) Private Thätigkeit:

1. Bau von Eigenhäusern durch die Wohnungsbedürftigen selbst.

Digitized by Google

2. Unternehmer-Thätigkeit, bestehend in Herstellung von Wohnungen zum Verkauf oder zur Vermietung aus Erwerbsrücksichten.
3. Bau von Wohnungen durch Genossenschaften und gemeinnützige Vereine.
4. Zusammenschluß von Baugenossenschaften und Bauvereinen behufs Sammlung von Erfahrungen, Plänen, Kauf- und Mietverträgen u. s. w.
5. Fürsorge der Arbeitgeber für das Wohnbedürfnis ihrer Arbeiter durch Eigenbau, Hergabe von Gelände, von Baukapital, Bürgschaftsübernahme u. s. w. Reich, Staat und Gemeinde sollten in ihrer Eigenschaft als Arbeitgeber den privaten Arbeitgebern mit gutem Beispiel vorangehen.

c) Gemeindethätigkeit:

1. Statistik des Wohnungsmarktes, der Bauthätigkeit und der Bevölkerungsvorgänge.
2. Regulierung von Angebot und Nachfrage durch Wohnungsnachweis und Hinweis der Unternehmer auf den Bedarf.
3. Erweiterung des Gemeinde-Bodenbesitzes und kauf- oder pachtweise Abgabe des für den Bau kleiner Wohnungen erforderlichen Geländes.
4. Erleichterung des Baues kleiner Wohnungen, z. B. durch Erlassung oder Ermäßigung der Umsatzsteuern, der Straßen- und Kanalkostenbeiträge, der Gebäudesteuern und anderer fortlaufenden Abgaben. Abstufung des Wassertarifs zu Gunsten der Kleinwohnungen.
5. Beschaffung von Baugeldern aus den der Einwirkung der Gemeinden zugänglichen Fonds: Sparkassen, städtischen Darlehensinstituten, Baubanken u. dgl.
6. Eingemeindung von Vororten behufs Erleichterung des Ansiedelns daselbst.
7. Entlastung von übervölkerten Stadtbezirken durch Erleichterung des Wohnens in den Nachbargemeinden. Leistung von Zuschüssen zu den Gemeindelasten.
8. Verbesserung und Verbilligung der Verkehrseinrichtungen. Anlage oder Konzessionierung neuer Straßenbahnlinien in die Umgebung der Stadt, nach näheren und entfernteren Vororten.
9. Förderung der in verschiedenen Unternehmungsformen sich äußernden gemeinnützigen Bauthätigkeit, insbesondere Anregung zur Gründung gemeinnütziger Bauvereinigungen, Teilnahme an der Bildung und Verwaltung derselben, Hergabe von billigen Grundstücken und Baugeldern, Uebernahme von Zinsbürgschaften, Gewährung der vorstehend unter 3 bis 8 beschriebenen baulichen und geldlichen Erleichterungen.
10. Eigenbau seitens der Gemeinde (und Kreise) für die sonst nicht versorgten Wohnungsbedürftigen.
11. Zeitige Aufstellung von Bebauungsplänen für das städtische Außengelände.
12. Geeignete Berücksichtigung des Bedürfnisses an kleinen Wohnungen durch Planung, entsprechender, nicht dem großen Verkehr dienenden Straßen (Wohnstraßen) und zweckdienlicher Baublöcke von geringer Tiefe; mäßige Breite und billige Herstellung solcher Wohnstraßen.
13. Reichliche Herstellung anbaufähiger Straßen mit Wasserversorgungs-, Beleuchtungs-, Entwässerungsanlagen und öffentlichen Pflanzungen zur Vermehrung des Grundstücksmarktes.
14. Umlegung von unregelmäßigen Grundstücken in baufähige Form.

Digitized by Google

Witterung im Juli 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°.											
		Monats-mittel.	Abweichung v. d. normal.	Höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel					
								31—4	5—9	10—14	15—19	20—24	25—29
Zürich . .	493	19.2	0.8	31.9	27.	9.2	8.	18.9	12.9	17.9	23.9	21.6	23.9
Basel . .	278	20.4	1.3	32.0	26.	9.8	8.	19.8	13.7	19.3	24.7	22.9	24.7
Neuchâtel .	488	20.7	1.9	33.9	27.	9.2	7.	20.2	12.9	19.8	25.3	23.5	25.3
Genf . .	405	20.8	1.6	31.0	2.	9.8	8.	20.4	13.7	18.8	24.0	22.4	24.1
Bern . .	572	19.2	1.2	31.4	26.	9.1	7.8.	18.8	12.6	18.1	23.4	21.8	23.7
Luzern . .	451	18.9	0.7	32.1	27.	7.6	8.	18.7	12.6	17.3	23.0	22.2	23.5
St. Gallen	703	17.6	0.9	30.2	26.	6.4	8.	18.2	10.7	15.9	22.0	20 5	23.0
Lugano . .	275	22.2	0.7	31.2	17. 27.	14.0	10.	21.9	18.9	21.6	24.6	23.7	24.7
Chur . .	610	18.5	0.5	31.4	26.	8.4	8.9.	18.9	12.5	17.0	22.4	20.8	22.8
Davos . .	1557	13.3	1.2	26.0	16.	2.6	8.	14 4	7.0	12.7	16.7	15.5	18.1

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge		Bewölkung in %	Zahl der Tage						
			in mm	Abweichung v. d. normal.		mit				helle.	trübe.	mit starkem Wind
						Niederschlag.	Schnee.	Gewitter.	Nebel.			
Zürich . .	720.8	74	151	13	47	14	0	5	0	9	8	8
Basel . . .	738.9	72	141	59	53	12	0	6	0	5	8	9
Neuchâtel .	721.2	67	49	—43	50	10	0	2	0	9	7	10
Genf . . .	728.2	67	70	—9	43	9	0	8	0	10	6	15
Bern . . .	714.2	65	91	—13	52	7	0	9	1	7	8	7
Luzern . .	724.6	73	288	133	52	15	0	7	1	9	9	4
St. Gallen .	703.7	69	135	—45	51	14	0	9	1	9	10	2
Lugano . .	737.7	66	95	—71	32	8	0	7	0	13	2	4
Chur . . .	710.9	71	111	—3	51	11	0	4	0	8	10	7
Davos . .	636.0	80	112	—17	49	15	2	10	1	10	10	1

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 269, Basel 215, Bern 281, Genf 290, Lugano 328, Davos 210.

Wie der Juni so hat auch der diesjährige Juli eine meistenorts um mehr als 1° die normale übersteigende Mitteltemperatur aufzuweisen. Die Schwankungen des Thermometers während des Monats waren jedoch sehr bedeutend. Die ersten beiden Tage, während welchen eine Hochdruckzone über dem Süden lagerte, waren sommerlich warm, als dieselbe jedoch sich nach dem Westen verschob, trat mit dem Erscheinen nördlicher Winde und von Norden her südwärts sich ausbreitender Depressionen, ein beträchtliches Sinken der Temperatur, sowie trübes, regnerisches Wetter ein. Den niedrigsten Stand erreichte das Thermometer am 8., an welchem strichweise Schneefall bis zu 1000 m Meereshöhe eintrat. Vom 11. an stieg die Temperatur wieder unter dem Einfluß der sich nun über den ganzen Kontinent erstreckenden Hochdruckzone und erreichte während der zweiten und dritten Dekade des Monats mehrfach eine ungewöhnliche Höhe. Auf den Thalstationen zeigte das Thermometer Mittags öfters über 30°. Die Witterung war dabei meist heiter und trocken und nur vorübergehend durch kurze Gewitterregen im Gefolge vorüberziehender, flacher Depressionen unterbrochen. Am ausgedehntesten und ergiebigsten waren die am 29. und 30. aufgetretenen Gewitterregen. Die Monatsregenmenge blieb im größten Teil des Landes unter der normalen, nur stellenweise, wie in Luzern, übertraf sie dieselbe infolge lokaler, sehr heftiger Gewitterregen beträchtlich. Die mittlere Bewölkung war meist geringer als die durchschnittliche und die Sonnenscheindauer dementsprechend größer als die mittlere.

Schweiz. Meteorologische Zentralanstalt.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Juli 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	7	8	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	7	8	15	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	6	13	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	13	19	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	2	.	.	4	2	6	
IV. Gewaltsamer Tod	1	.	.	1	.	.	.	.	2	1	.	.	3	1	2	.	2	.	.	.	.	.	.	.	10	3	13	Unfall 8, Selbstmord 5
V. Allgemeinkrankheiten	3	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	1	3	.	.	2	.	.	.	.	.	.	.	.	6	4	10	Rachitis 3, Alkoholismus 2
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Diphtherie	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	3	
Typhus	.	.	.	.	.	.	1	1	1	1	2	1	1	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	6	4	10	
Croupöse Lungenentzündung	1	3	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	4	4	8	
Tuberkulose der Lungen	4	1	2	.	1	1	2	3	3	2	3	1	2	1	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	19	10	29	
„ anderer Organe	2	1	.	1	3	.	.	.	.	.	1	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	7	4	11	Knochentub. 2; Hirnentzündung 6
Andere ansteck. Krankheiten	1	1	.	.	.	.	.	.	.	2	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	4	6	Keuchh. 1; Kindbettfieber 2, Starrkrampf 1
VII. Krankh. der Atmungsorgane	1	4	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	.	.	.	.	1	2	2	1	.	.	.	.	6	7	13	Katarrh. Lungenentzündung 6
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	1	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	1	1	1	3	2	4	4	1	.	.	.	.	8	12	20	Arteriosclerose 4
IX. „ „ Verdauungsorg.	35	28	2	1	.	.	.	.	1	2	1	.	2	3	8	2	5	3	1	2	.	.	.	.	55	41	96	Kinderdiarrhoe 63, Leber-, Magen-, Darm-[Krebs 18
X. „ des Nervensystems	3	.	.	1	.	.	.	1	.	.	.	1	.	.	.	5	4	6	1	2	.	.	.	.	8	16	24	Hirnschlag 15
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	1	.	.	.	1	.	1	2	.	1	.	.	.	.	4	3	7	Nierenentzündung 6
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	1	.	.	.	2	.	.	.	.	.	.	.	4	4	Gebärmutter-Krebs 3
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Total	65	61	5	5	4	1	4	8	7	10	10	4	14	9	16	14	16	19	10	7	3	2	.	.	154	140	294	

Gesundheitszustand im Juli 1900.

Im Jahre 1900 scheint gleich dem reichen Segen, welchen die Kulturen landaus landein versprechen, auch der Tod ein volles Erntefeld zu finden im ganzen Umkreise der Bevölkerung, welcher unsern Beobachtungen unterliegt. Die Sterblichkeitsquotienten waren nur wenig zurückgesunken (in den letzten Monaten) von ihren hohen Werten am Anfang des Jahres; im Berichtsmonate Juli weisen sie teilweise schon wieder ganz bedenkliche Resultate auf. Nicht nur, daß in Zürich die Sterblichkeit eine ungewohnte Höhe erreicht hat, auch im Gesammtgebiet der Schweiz ist dieselbe wieder seit dem Juni angewachsen.

Die Zahl der Toten auf 1000 Einwohner in den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz beläuft sich im Juli auf 16,5; gegenüber dem Juni ein Plus von 1,4‰. Allerdings ist die Zahl der Geburten eine recht hohe geblieben, sie ist auf 29,5‰, eine selten große Zahl gestiegen, und deshalb ist auch das Verhälnis der Neugebornen zu den Verstorbenen ein relativ günstiges geworden, indem dasselbe einen Ueberschuß an Geburten von 13,1‰ aufweist, während man einen Ueberschuß von 10‰ als günstiges Verhältnis zwischen Zuwachs und Verlust an Bewohnern taxirt.

Die Stadt Zürich hat 284 Todesfälle gehabt; dabei 15 Totgeborne inbegriffen, die zur eigentlichen Berechnung der Mortalität nicht mitzuzählen sind. Diese beträgt für den Monat Juli auf 1000 Einwohner berechnet, eine Bevölkerung von 160,000 Seelen angenommen, und in Bezug gebracht aufs ganze Jahr 20,6 ‰. Schon zum dritten Male in diesem Jahre übersteigt die Sterblichkeit in der Stadt Zürich 20,0‰: die beiden letzten Male waren es der Februar und März, welche so ungünstige Resultate ergeben hatten. Damals waren es speziell die Folgen der erbärmlichen naß-kalten, wechselnden Witterung gewesen, welche durch zahlreiche Todesfälle an Lungenkrankheiten im Verein mit den damals in Blüte stehenden Epidemien (Masern und Scharlach) die Schuld an dem bösen Verhalten trugen; heute sind es nicht einzelne Krankheitsgruppen, wenn auch die Kinderdiarrhoen mit ihren 63 Todesfällen eine außergewöhnliche Höhe erreicht haben; sondern wir müssen konstatieren, daß z. B. im Vergleich zum Juli 1899 eine ganze Anzahl von Krankheiten eine bedeutend größere Zahl an Opfern gefordert haben in diesem Juli. Wir führen dafür an, daß im Juli 1899 27 Todesfälle an tuberkulösen Krankheiten vorgekommen waren; dies Jahr sind es deren 38; von Lungenkrankheiten verschiedener Art im Jahre 1899 13; dies Jahr 21; an Krankheiten des Nervensystems (Hirnschlag z. B.) damals 12; jetzt 24. Es müssen ganz allgemein recht ungünstige Verhältnisse obgewaltet haben, um so viel Todesfälle bei der fast gleich starken Bevölkerung erklären zu können; allein es fällt sehr schwer, sich über die thatsächlichen Ursachen ein klares Bild zu verschaffen. Wenn auch die anhaltende, zeitweise ja außergewöhnlich große Hitze in dieser und jener Beziehung eine Schuld trifft, so müssen wir doch anderseits hervorheben, daß gerade vor einem Jahre bei ähnlichen Verhältnissen die Sterblichkeit keineswegs eine so ungünstige geworden war. Mir scheint der tiefere Grund für die große Sterblichkeit mehr in einer Summe ungünstiger Momente gelegen zu sein, welche in den verflossenen Monaten die Widerstandsfähigkeit so mancher Konstitution erschüttert haben, sodaß die geschwächten Naturen der großen Hitze und der damit verbundenen größern Anforderungen an manche Organe erlegen sind.

Bei den oben angeführten Krankheiten haben wir noch nicht einmal der epidemischen Krankheiten Erwähnung gethan; bei diesen haben sich zum Teil die günstigen Verhältnisse,

wie wir sie im letzten Berichte bereits zum Voraus ankündigen konnten, bestätigt; anderseits aber sind ganz unerwartet eine größere Zahl von Typhusfällen mit 10 tötlichen Ausgängen eingetreten. Das erste bezieht sich auf das Zurückgehen von Masern und Scharlach; von den erstern sind noch 34, von den letztern nur noch 13 zur Anzeige gekommen. Todesfälle sind glücklicher Weise bei beiden Krankheiten keine zu beklagen, wogegen wider drei Diphtheritodesfälle vorgekommen sind.

Was nun den Typhus anbetrifft, so haben wir es hier mit einer Erscheinung zu thun, die nicht besonders beunruhigend wirken darf; ähnliche Häufungen von Typhusfällen werden auch in andern Städten zeitweise beobachtet und sind auch in Zürich in den letzten Jahren aufgetreten, ohne daß seit mehr denn 15 Jahren je eine größere Epidemie ausgebrochen wäre. Die regelmäßig und häufig zur Ausführung gelangenden Untersuchungen des Trinkwassers an den verschiedensten Stellen der Leitung haben nie Resultate ergeben, welche dem Wasser eine Schuld beimessen lassen; auch die Zahl der Erkrankungen spricht ja sehr dagegen, daß im Leitungswasser die Ursache gelegen haben. Aber wir können auch nicht dazu beistimmen, daß z. B. der gleichzeitige Beginn des Obstkonsums, das Essen von frischem, halbreifem Obst aller Art, hier ursächlich beschuldigt werden dürfe; denn wir haben solche Häufungen von Typhusfällen auch schon in ganz andern Zeiten erlebt und könnten nicht einsehen, wie durch das neue Obst gerade Typhuskeime eingeschleppt werden sollten. Wir sind eben vorläufig noch völlig im Unklaren, wo die Ursache zu suchen ist; um so notwendiger ist die peinlichste Aufmerksamkeit auf alle Eventualitäten stets zu richten. Zu etwelchem Troste gereicht es allerdings, daß die Typhusfälle schon in der zweiten Hälfte Juli und im August bis jetzt an Zahl deutlich weiter abgenommen haben.

Nur kurz sei erwähnt, daß die Pocken im Juli in erheblich kleinerer Zahl aufgetreten sind als im Juni: Bern 1, Zürich 1, Waadt 4, Genf 9 Fälle. Der Fall in Zürich hat Anfangs August eine zweite Erkrankung nach sich gezogen, die mit dem Tode endigte. Es betraf die vorher ungeimpfte Schwester des erstern. Wir werden in Bezug auf die Pocken nie mehr aus einer gewissen Gefahr herauskommen vorläufig; alles spricht viel eher dafür, daß diese Gefahr proportional mit der Erleichterung der Verkehrswege wächst. A. M.

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI

1850 m ü. M. G 80

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.

Der Besitzer: O. Steffani-Stoppani.

Druckarbeiten aller Art, Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe u. Karten, Trauer- und Danksagungsanzeigen etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die

Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich

Wie erhält man die Wohnung gesund?

Einige Winke für die häusliche Gesundheitspflege

Von Dr. med. G. Custer

Preis: geh. 60 Cts.

Die Frage wird für den Winter wieder eine wichtige. Besonders für den jungen Hausstand giebt es kaum einen besseren Ratgeber. 5845

Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

zeichnet sich aus durch minimalen Gehalt an Stärke, hohen Nährwert, Leichtverdaulichkeit, neutrale Reaktion, einfache Zubereitung, billigen Preis.

300 Gr. Fr 1.65. 500 Gr. Fr. 2.65.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 27
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur „**Arche**" und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement „**Lilienberg**", 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 19G **Die Verwaltung.**

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 88 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Rigi-Klösterli Hôtel Schwert

34G

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Rüttihubelbad im Emmenthal, Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn.

736 m ü. M. G 33

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch i. Ranges. Verpflegung sehr gut.
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.

Eig. Niklaus Schüpbach.

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.

Glänzende Heilerfolge!

In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch

Passugger Heilquellen Passugg u. Depôts.

Hauptdepot für den Bezirk **Zürich** und beide Seeufer bei Herrn **G. Eicheiberg**, Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

Das beste

Abführmittel

ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiert mit den höchsten Auszeichnungen.

Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

HYGIAMA

Wertvolles Diäteticum in der Frauenpraxis, namentlich bei Gravidität und Lactation.

300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. F. 3.50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 23
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Hotel und Pension Johannesburg

bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftssäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Privat-Heilanstalt

„Friedheim"
Zihlschlacht (Thurgau).

Besitzer und Leiter:
Krayenbühl. Spezialarzt, nimmt
Geistes- und Nervenkranke
jeder Art auf.
Entziehungskuren ohne Qualen für Morphinisten. 8 G

Kaiser Friedrich Quelle

OFFENBACH A. MAIN.

„Cito, tuto, jucundo"

ist das allgemeine ärztliche Urtheil über die mit dem **Natron-Lithion-Wasser** unserer Quelle erzielten Heilwirkungen bei Behandlung des **Harn-Apparates**, von **Steinleiden, Gicht, Rheumatismus** sowie allen **Störungen der Luft- und Verdauungswege.**

Harnsäure lösende u. harntreibende Wirkung

Angenehmer milder Geschmack.

Vom schwächsten Magen vertragen.

Mit Kohlensäure verstärkt, unentbehrliches Tafelgetränk für Gichtleidende. — Literatur sowie Gratisproben gerne zur Verfügung. Den Herren Aerzten berechnen wir Vorzugspreise.

Erhältlich in den Mineralwasserhandlungen und Apotheken.

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg,** zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger

Fleischbrühe

— nicht entfettet —

für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln*

Für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster

Kraftbrühe

— entfettet, extra stark —

für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln*

Für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten, Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Eingasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Sodor

Kleinster Limonaden-apparat der Welt

Goldene Medaille
Weltausstellung Paris 1900

Ueberall zu haben.

Sodorfabrik Zürich.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

Druck von H. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. September 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 17

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Zur Frage der Körperstrafen in den Schulen. — Die Häufigkeit der Zahnfäulnis (Caries) bei Kindern und ihre Bekämpfung. — Mädchenturnen. — Ueber Nahrungspausen in der Säuglingsernährung. — Vorsichtsmaßregeln gegen die Verbreitung ansteckender Krankheiten durch Barbiere und Friseure. — Ein gehorsamer Patient, mäßiger König und Mann von Herz. — Zeitungsmedikasterei. — Ueber die Wirkung des Kreuzotterngiftes. — Pest. — Die Hauptvorzüge des Sodor. — Automobil-Verbot in Graubünden. — Gründel Spezialklassen für schwachbegabte Kinder. — Inserate.

Zur Frage der Körperstrafen in den Schulen.

Bezüglich der vielumstrittenen, auch gesundheitlich wichtigen Frage der körperlichen Züchtigung (Prügelstrafe!) in den Schulen hat die großrätliche Kommission des Kantons Bern folgenden Beschluß gefaßt:

„Die Anwendung der Körperstrafe zur Handhabung der Zucht und Disziplin in Schulen und Erziehungsanstalten ist auf Knaben beschränkt. Die körperliche Züchtigung des strafbaren Schülers ist auf das unentbehrliche Maß einzuschränken, welches die Grenzen einer mäßigen elterlichen Zucht nicht überschreiten darf, und es soll jede mißbräuchliche, die Würde des Lehrers oder die Gesundheit oder das Gemüt des Kindes schädigende Ausübung der Körperstrafe ausgeschlossen sein. Vorbehalten bleiben die strafgesetzlichen Bestimmungen über Mißbrauch des Züchtigungsrechtes."

Dieser Vorschlag geht nun an den Regierungsrat zurück, der sich ihm wohl anschließen wird.

„Der Antrag der Kommission", schreibt das Berner Tagblatt, „scheint uns den großen Vorteil zu haben, daß dem Volke bereits im Gesetze gezeigt wird, welche ausnahmsweise und maßvolle Anwendung der Körperstrafe vorgesehen ist, und daß nicht alles einer ungewissen Verordnung des Regierungsrates überlassen wird. Jedenfalls dürfte bei Annahme des Antrages der Kommission die so sehr ins kleinliche Detail ausgearbeitete Verordnung der Erziehungsdirektion als unzweckmäßig dahinfallen."

Wer sich für das Kapitel der „Schulstrafen", deren rohe Anwendung in der Form von körperlicher Züchtigung durch Hiebe, Ohrfeigen, schon manchen Schüler mehr oder weniger empfindlich in seiner Gesundheit — durch Schläge auf den Kopf, namentlich auf die Ohrgegend mit Verletzung des Trommelfells, Blutungen sogar bleibend — geschädigt hat, interessiert, findet darüber in der neuesten Nummer der Zeitschrift für Schulgesundheitspflege (Nr. 8 dieses Jahrganges) eine sehr bemerkenswerte Abhandlung von Schuldirektor Bayr in Wien.

Ebendaselbst wird mitgeteilt, daß die bernische Erziehungsdirektion nunmehr eine Verordnung über die Anwendung der Prügel-

Digitized by Google

strafe ausgearbeitet habe, wonach eine körperliche Züchtigung der Schüler nur bei ernsten sittlichen Vergehen, wie z. B. Lügenhaftigkeit erlaubt sein soll. Der Lehrer kann in solchen Fällen, anstatt die körperliche Züchtigung anzuwenden, den fehlbaren Schüler ausweisen, wobei von der Ausweisung sofort den Eltern Kenntnis zu geben und sie gleich wie eine unentschuldigte Versäumnis zu behandeln ist. Wegen Unfleißes, mangelhafter Kenntnisse oder Leistungen darf keine körperliche Züchtigung angewendet werden; auch sind die Mädchen und Zöglinge der Mittelschulen davor sicher. Wenn der Lehrer die Prügelstrafe anwendet, darf er weder Kopf noch Nacken des Delinquenten berühren, muß die Operation im freien Raum des Lehrzimmers und in der Regel nach beendigtem Unterricht vornehmen. Der Entwurf enthält zum Schluß folgende Bestimmungen:

„§ 9. Zur körperlichen Züchtigung darf nur ein biegsames Stöckchen von der Stärke eines kleinen Fingers verwendet werden. Der Lehrer darf dasselbe während des Unterrichts nicht in der Hand führen. § 10. Die Erteilung jeder körperlichen Strafe ist unter Angabe des Grundes und der Beschaffenheit der Strafe in ein Buch einzutragen, welches zur Einsicht der Schulkommission und der Eltern jederzeit in der Schule aufliegen soll. § 11. Auf Antrag der Schulkommission oder des Inspektors kann die Direktion des Unterrichtswesens einem Lehrer, der trotz zweimaliger Mahnung einen zu häufigen oder unangemessenen Gebrauch von der körperlichen Züchtigung macht, die Befugnis zur Anwendung derselben entziehen." Die Redaktion macht dazu folgende Glosse: Da der Erziehungsdirektor des Kantons Bern, Regierungsrat Gobat, wie bekannt, kein Freund der Prügelstrafe ist, so hat man wohl in dieser Verordnung, die übrigens erst als Entwurf vorliegt, ein ihm abgerungenes Zugeständnis an die Lehranstalt zu erblicken, die sich das Züchtigungsrecht nicht nehmen lassen will.

Die Häufigkeit der Zahnfäulnis (Caries) bei Kindern und ihre Bekämpfung.

Im Archiv für Kinderheilkunde hat Dr. Berger einen Aufsatz über die Häufigkeit der Zahnverderbnis bei Kindern und deren Bekämpfung veröffentlicht. Seine Ausführungen gipfeln in folgenden Resultaten:

Während wir wissen, daß gesunde Zähne und unbeschädigte Mundhöhlen einen Schutz bieten gegen ansteckende (infektiöse) Krankheiten, kann man aus den Statistiken nachweisen, daß die Zahncaries des Kindes und im Allgemeinen der Menschheit von Tag zu Tag größere Dimensionen annimmt. Nach Römer ist die Zerstörung der Zähne die verbreitetste Erkrankung und geht mit dem Fortschritt der Kultur und der Verfeinerung der Speisebereitung Hand in Hand. In der Schweiz fand man 1891 bei Kindern von 7—14 Jahren das Gebiß in 94,2, in Schweden in 97,27, in England und Schottland in 76,78—87,3, in Hamburg in 96,25—98,5, in Würzburg in 81,3—84,6, in Kaiserslautern in 99,05 Prozent cariös.

Aus Untersuchungen Röse's erhellt, daß auf kalkarmem Boden die Caries frequenz viel größer ist, als auf kalkreichem. An solchen Orten, wo man die Speisen weich kocht, wo man das weiche, klebrige Weizenbrod genießt, ist die Zahnverderbnis verbreiteter als dort, wo man das harte, zähe Roggenbrod ißt.

Je gesünder das Individuum, um so weniger im allgemeinen auch Caries des Gebisses. Die Frage, wie sie sich entwickelt, ist noch nicht mit voller Sicherheit zu beantworten. Augenblicklich nimmt man chemisch-parasitäre Schädlichkeiten (Einwirkungen von Säuren und schädlichen Mundpilzen) an. Die Schmelzsubstanz des Zahnes soll durch die in der Mundhöhle ausgeschiedene Milchsäure angegriffen und entkalkt werden. Zur Entstehung von Milchsäure ist durch Gährung aus den Kohlehydraten (Stärkemehl, Zucker usw.) reichlich Gelegenheit vorhanden. Durch die ihrer Schmelzsubstanz beraubten Stellen dringen die in der Mundhöhle anwesenden Bakterien in die Kanälchen des Zahnbeins (Dentin) ein und zerstören dasselbe.

Der Zahn wird gegen seine Verderbnis durch die Schmelzsubstanz (Email) geschützt; je dicker diese ist, um so widerstandsfähiger ist er. Die stärkere Entwicklung des Schmelzes geht aber in der Regel proportional der stärkeren Entwickelung der Zähne und Knochen. Bei rachitischen, mit der sog. englischen Krankheit (Knochenweichheit) behafteten Kindern ist

Digitized by Google

die Schmelzsubstanz des Gebisses fehlerhaft ausgebildet, schwächer und so sind diese Kinder für Zahncaries empfänglicher.

Eine Vorbeugung (Prophylaxe) der Zahnverderbnis kann schon während des Lebens des Kindes im Mutterleibe beginnen. Die Mutter muß sich während der Schwangerschaft mit reichlich eiweißhaltigen Stoffen, Gemüsen und viel Milch ernähren, in der Absicht, die Knochenbildung des Kindes zu verbessern. Nach der Geburt soll der Säugling mit guter Milch aufgefüttert werden; dies ist besonders bei den ärmeren Volksschichten wichtig, wo die Ernährung der Mutter auch sonst schlecht ist. Man muß gleichzeitig die Mundhöhle reinhalten; zu diesem Zwecke wäscht man sie mit einem, in schwache Lösung von doppelkohlensaurem Natron getauchten, weichen, reinen Leinwandläppchen aus. Man entwöhne das Kind im 9.—10. Monate von der Mutterbrust und gewöhne es langsam an festere Kost.

Man übe die älteren Kinder auf energisches Zerkauen der festen Nahrung ein, damit der sich schon bildende bleibende Zahn durch Uebung und Arbeit kräftiger und blutreicher werde. Wenn die Zähne schwach sind, ist die Darreichung von Phosphor und Eisenpräparaten durch den Hausarzt empfehlenswert. Notwendig ist auch, dem Kinde spielend den Gebrauch der Zahnbürste anzugewöhnen. Im Handel befindliche Mundpasten oder Mundwässer lasse man nie gebrauchen; viel zweckmäßiger ist es, daß der Arzt selbst ein unschädliches Mundwasser oder Zahnpulver empfiehlt. Das Zahnpulver muß alkalisch sein, nicht zu hart, damit die Schmelzsubstanz nicht abgewetzt werde. Das Beste ist für diesen Zweck feiner kohlensaurer Kalk mit Seife und irgend ein ätherisches Oel darin. Das Mundwasser bestehe aus Alkohol, Thymol oder aus anderen neutralen Antisepticis (fäulniswidrigen Stoffen).

Sind Milchzähne cariös geworden, so behandle man sie konservativ; zeitliches Ausziehen muß man vermeiden. Bei der zweiten Zahnung achte man darauf, daß die Milchzähne nicht allzulange in dem Kiefer bleiben, sonst wachsen die Bleibzähne unregelmäßig und werden dadurch leichter cariös; abgesehen davon, daß überdies die Zähne zusammengedrängt und unschön werden, leidet dabei auch die Stimmbildung (Artikulation).

Mädchenturnen.

Der schweizerische Turnlehrerverein veranstaltet vom 24. September bis 12. Oktober in Basel einen Bildungskurs für Lehrer und Lehrerinnen des Mädchenturnens. Die Leitung ist den Turnlehrern Bolinger-Auer und Müller-Dalang, beide in Basel, übertragen. Dem Kurse liegt die 2. Auflage des vom erstgenannten verfaßten „Handbuch für den Turnunterricht an Mädchenschulen" zu Grunde. Diese bewährte Turnschrift gliedert den Stoff in fünf Jahreskurse und umfaßt alle Arten von Uebungen, die sich auf Grund einer langen Erfahrung und sorgfältigen Prüfung als zweckmäßig für die weibliche Jugend erwiesen haben. Auch der Einübung von Turnspielen wird die gebührende Pflege gewidmet.

Das Mädchenturnen gewinnt, nachdem viele Vorurteile dagegen zu überwinden waren, in unserem Lande immer mehr an Boden, was vom Standpunkt der Gesundheitspflege der Jugend und des weiblichen Geschlechtes überhaupt freundlich begrüßt werden muß. Wir halten zwar die Behauptung eines amerikanischen Frauenarztes, Dr. Skene, daß mindestens zwei Drittteile der Patientinnen, welche ihn zu Rate zogen, dies nicht hätten thun müssen, wenn sie in ihrer Jugend regelmäßig geturnt hätten, für unbewiesen und übertrieben. Doch muß man ihm gewiß beipflichten, wenn er das regelmäßige Turnen auch der weiblichen Jugend als ein gutes und wirksames Mittel gegen unvollkommene Körperentwicklung und die daraus entspringenden Störungen in den Verrichtungen mancher Organe, speziell auch des Unterleibes, betrachtet. Dr. Kloß sagt in seinem trefflichen Handbuch: „Die weibliche Turnkunst", man halte die weibliche Gymnastik nicht ohne Grund als pädagogisches, gesundheitliches und Krankheiten vorbeugendes Mittel für die Mädchen für fast noch unentbehrlicher als für die Knaben, denen die Gelegenheit, sich vielfach zu rühren und zu regen, doch noch nicht ganz verkümmert sei. In einem Extra-Kapitel setzt er die Betreibung der Leibesübungen, als rationelles Turnen betrieben, für das weibliche Geschlecht

Digitized by Google

in Hinsicht auf die gegenwärtigen, so vielfach nervenschwach und blutarm machenden Kulturverhältnisse noch besonders ins richtige Licht. Auch die sog. Turnreigen berücksichtigt er in ausgiebiger Weise mit Liedern und Musikstücken. In der 2. Auflage (erschienen 1900) des großen Werkes über Schulgesundheitslehre, herausgegeben von dem Arzt Dr. Eulenberg und dem Pädagogen Dr. Bach ist das Mädchenturnen mit Bezug auf die für dasselbe vielfach beanstandeten Geräteübungen, denen in unseren Bildungskursen für Lehrer und Lehrerinnen der Mädchengymnastik entsprechende Pflege zu Teil wird, speziell abgehandelt. Sie führen darin auch einen preußischen Ministerialerlaß an, der betreffend den Umfang des Mädchenturnens folgendermaßen lautet:

Bewegungsspiele allein reichen für die leibliche Uebung, deren auch die weibliche Jugend bedarf, nicht aus. Anmut und Schönheit der Bewegung bei den Mädchen zu erzielen, erscheint wünschens- und erstrebenswert. Die Annahme, daß dies durch die Uebungen, wie sie das Mädchenturnen pflegt, verhindert werde, dürfte nicht zutreffen. Im Gegenteile wird der Zuwachs an Kraft und die dadurch gewonnene Beherrschung der Gliedmaßen die Anmut und Schönheit der Bewegungen fördern, wenn die Uebungen sich innerhalb der Grenzen vollziehen, welche durch die Natur des weiblichen Körpers und die Rücksicht auf das, was sich für das weibliche Geschlecht ziemt und schickt, gezogen werden.

Insbesondere sind es aber die Uebungen mit Handgeräten, die Frei- und Ordnungsübungen und der Reigen, auf welche beim Mädchenturnen ein besonderes Gewicht zu legen ist; sie erscheinen als vorzugsweise geeignet, eine gute Körperhaltung sowie Leichtigkeit und Schönheit der Bewegungen zu erzielen.

Die Bewegungsspiele haben, wenn sie richtig ausgeführt werden, Bedeutung und Wert für die Kleinen. Aber für die heranwachsende weibliche Jugend reichen sie nicht aus. Hier muß für die weitere leibliche und sittliche Entwicklung die ernstere Zucht eines wohleingerichteten Mädchenturnens und das fröhliche Turn- und Jugendspiel fördernd und belebend eintreten. —

Bei dieser Gelegenheit mag es einiges Interesse erwecken, wenn wir auf die Pflege der Leibesübungen hinweisen, welche auch beim weiblichen Geschlechte schon im alten Hellas üblich waren. Homer, dieser klassische Sänger und poetische Schilderer der Volksgebräuche seiner Zeit, erzählt uns von der Königstochter Nausikaa, daß sie unter den Klängen des von ihr angehobenen Gesanges mit den Mägden Ballspiel getrieben habe. In Griechenland war ein Reihentanz im Gebrauche, den Knaben und Mädchen mit verschlungenen Händen ausführten, wobei nach der Flugweise der Kraniche eines an der Spitze der Reihe einher zog und mit seiner Ganglinie die Irrgänge des Labyrintes nachahmte. Die leichteren Uebungen im Springen wurden aus gesundheitlichen Gründen auch für das weibliche Geschlecht als nützlich angesehen. An einigen Orten in Altgriechenland pflegten Knaben und Mädchen in der Palästra, in der Schule für Leibesübungen, die Gymnastik in besonderen Gruppen. Auf der Insel Chios hatte die Jugend ohne Unterschied des Geschlechtes sogar gemeinsame Körperübungen und zu Sparta erfreuten sich die Mädchen gleich den Jünglingen an festlichen Reigen und Spielen. Man weckte auf diese Weise den Sinn für körperliche Gewandtheit, Gesundheit und Schönheit auch bei den zukünftigen Frauen. Das griechische Altertum achtete, wie Kloß sagt, auch im weiblichen Geschlechte den Menschen viel zu hoch, als daß man demselben nicht die Vorteile einer turnerischen Erziehung und Ausbildung gegönnt hätte.

Bewegung hieß schon damals das heute von so vielen vernachlässigte Rezept für Körperwohlfahrt und wir müssen dem klugen Arzte Dr. Frank auch in unserer an Verkehrsmaschinen so überreichen Zeit noch Recht geben, wenn er in seinem berühmten Buche, betitelt „System einer vollständigen medizinischen Polizei", einem Codex der persönlichen, staatlichen und sozialen Gesundheitsfürsorge schon im Jahre 1780 geschrieben und gemahnt hat:

„Die Bewegung des Körpers in freier Luft ist beiden Geschlechtern auch gleich notwendig; sie unterhält den Kreislauf der Säfte und das beseelende Feuer der Nerven, ohne welches nur halb lebendige Kinder geboren werden."

Digitized by Google

Ueber Nahrungspausen in der Säuglingsernährung.

Dr. Arthur Keller hat in einer, auch in der Zeitschrift „Kinderarzt" besprochenen Arbeit die für die Diätetik des Säuglingsalters sehr belangreiche Frage der Nahrungspausen in der Ernährung auf jener Altersstufe besprochen. Er kam daher zu folgenden Resultaten:

Unzweifelhaft steht fest, daß eine häufige Fütterung (in zweistündlichen oder noch kürzeren Pausen) oft genug Ursache von Magen-Darmerkrankungen und ihren Folgeerscheinungen ist selbst unter den günstigsten Bedingungen betreffs Art der Nahrung und Pflege des kleinen Kindes. Der unruhige, leicht unterbrochene Schlaf verleitet oft genug dazu, dem Kinde, in dem Wahne, daß es hungere, zu häufig Nahrung zu reichen. Selbst Aerzte gehen von der Meinung aus, daß es beim Bestehen von schweren Magen-Darmerkrankungen nur durch einhalbstündliche Zwischenräume gelinge, dem kranken Kinde bei seinem geringen Nahrungsbedürfnis genügend Speise zuzuführen.

In der Breslauer Klinik erhalten gesunde wie kranke Säuglinge niemals mehr als fünf Mahlzeiten in 24 Stunden(also in ca. 3—4-stündigen Zwischenpausen am Tage, wenn von 10 Uhr nachts bis 6 Uhr morgens keine Nahrung verabreicht wird). Auf diese Verordnung führt Keller nicht zum wenigsten die Ernährungserfolge zurück. Ihrer Durchführung steht die andauernde Unruhe der Kinder nicht entgegen. Sie sind nur in den ersten Tagen nach der Aufnahme in die Anstalt unruhig und schreien ev. viel, bald aber gewöhnen sie sich an die neue Lebensweise. Gegen kurze Nahrungspausen sprechen auch die Resultate von Czerny's Untersuchungen an gesunden und kranken Säuglingen. In Findelhäusern usw. kamen bei Ernährung sämtlicher Säuglinge in kurzen Nahrungspausen bedeutend mehr Erkrankungen vor, als bei geringerer Anzahl der Mahlzeiten pro Tag. Einschränkung der Mahlzeitenzahl genügt oft, um die Zeichen einer Magendarmstörung (wie Erbrechen, zu häufige und schlecht verdaute Entleerungen) zum Verschwinden zu bringen. Daß ein Kind bereits kurze Zeit nach einer Nahrungsaufnahme angebotene Milch wieder trinkt, ist kein Beweis für das Nahrungsbedürfnis. Da der gesunde Magen eines Brustkindes in eineinhalb bis zwei Stunden nach der Nahrungsaufnahme entleert wird, bei Kuhmilchernährung drei Stunden dafür erforderlich sind, verlangt Czerny als Minimum der Pausen bei ersterem drei, bei künstlich genährtem Kinde mindestens vier Stunden. Bei beständiger Belastung des Magens nimmt die für die gute Verdauung unentbehrliche Absonderung von Salzsäure sowie die Muskelthätigkeit desselben auch beim gesunden Kinde ab. Beim kranken sind selbst vier bis fünf Stunden nach der Mahlzeit noch Nahrungsreste im Magen. Die Zeit, während welcher der Magen leer ist, erscheint notwendig zur Erhaltung der richtigen Arbeit desselben.

Keller liefert in seiner Arbeit auch noch durch Stoffwechselversuche an erkrankten Säuglingen Beiträge zu der Frage, wie die Verdauung und Ausnutzung der Milch beim kranken Kinde geändert wird, wenn schon zwei Stunden nach der Mahlzeit in den noch vollen Magen, welchem freie Salzsäure fehlt, neue Nahrung eingeführt wird.

Vorsichtsmaßregeln gegen die Verbreitung ansteckender Krankheiten durch Barbiere und Friseure

sind in Hamburg durch die Medizinalbehörde erlassen worden. Die Veröffentlichung lautet:

Nachdem hier neuerdings wieder mehrfache Erkrankungen an Bartflechten zur Beobachtung gekommen, welche mit großer Wahrscheinlichkeit auf Uebertragung durch einen Barbier zurückzuführen sind, werden allen Friseuren und Barbieren die nachfolgenden Vorsichtsmaßregeln gegen die Verbreitung ansteckender Krankheiten zur Nachachtung empfohlen.

1. Vor der Bedienung eines jeden Kunden wasche der Friseur oder Barbier sich die Hände gründlich mit Wasser und Seife oder mit Seifenspiritus.

2. Er wirke bei seinen Kunden möglichst darauf hin, daß dieselben sich eigene Geräte

Digitized by Google

zum Rasieren und Haarschneiden anschaffen und in den Geschäftslokalen hinterlegen, oder in ihren Wohnungen zur Benutzung durch den Barbier bereit halten.

3. Alle Geräte, welche bei mehreren Kunden verwendet werden sollen, müssen vor jeder Benutzung sorgfältig gereinigt werden.

Bürsten und Kämme sind außerdem mit einer warmen, 5prozentigen Sodalösung mindestens einmal am Tage auszuwaschen, am besten Abends, damit sie über Nacht wieder trocknen können.

Scheeren, Rasiermesser und Haarschneidemaschinen sollten so oft wie möglich, mindestens einmal am Tage, in einer starken Seifenlösung 10 Minuten lang gekocht werden.

Rasiermesser mit metallenen Schalen eignen sich für diese wie für jede andere Art der Reinigung besser als Messer mit Schalen aus Horn, Elfenbein, Schildpatt, Celluloid.

Haarwalzbürsten sollten gar nicht verwendet werden.

4. Zum Einseifen und Einpudern bediene man sich nicht der üblichen Pinsel und Quasten, sondern neuer, sauberer Bäusche aus entfetteter Watte, welche nur bei einem Kunden zu benutzen und dann zu vernichten sind. Gegen die Verwendung von Pulverzerstäubern mit Gummiballongebläse zum Pudern ist nichts einzuwenden.

5. Das Abwaschen des Gesichtes nach dem Rasieren wird am besten durch die Rasierten selbst vorgenommen. Zum Abtrocknen dürfen ihnen nur frisch gewaschene, noch von keinem anderen Kunden benutzte Handtücher oder Papierservietten gegeben werden. Die Friseurmäntel müssen rein sein; wo sie dem Halse anliegen, ist eine frische Papierserviette einzuschieben. Wer sich im Hause rasieren läßt, benutzt am besten seine eigene Wäsche.

6. In der ganzen Friseur- und Barberstube muß peinliche Sauberkeit herrschen; abgeschnittene, zu Boden gefallene Haare sind mit feuchtem Sand oder Sägespähnen zusammenzukehren.

In jeder Barberstube muß mindestens ein mit Wasser gefüllter Spucknapf stehen, welcher täglich zu reinigen ist.

7. Personen, welche mit Bart-, Haar- oder sonstigen Ausschlagskrankheiten behaftet sind, sollten nicht in einem offenen Geschäft, sondern nur in ihren Wohnungen und nur mit ihren eigenen Geräten, oder mit besonderen, nur für Kranke bestimmten Gegenständen bedient werden. Die bei ihnen benutzten Geräte sind unmittelbar nach dem Gebrauch mit besonderer Sorgfalt zu reinigen. Man bemühe sich, solche Kranke zum Aufsuchen ärztlicher Hilfe zu bestimmen.

Zum Rasieren und Frisieren von Leichen dürfen nur die Geräte der Verstorbenen oder solche Utensilien benutzt werden, welche bei Lebenden nicht wieder zur Verwendung kommen.

8. Barbiere und Friseure, sowie deren Gehilfen, welche selbst an ansteckenden Krankheiten leiden, müssen sich aller Thätigkeit in ihrem Beruf enthalten, bis sie wieder hergestellt sind.

9. Barbiere und Friseure, welche diese Vorsichtsmaßregeln versäumen, haben im Falle der Uebertragung einer ansteckenden Krankheit durch ihre Thätigkeit strafrechtliche Verfolgung wegen fahrlässiger Körperverletzung zu gewärtigen.

Ein gehorsamer Patient, mäßiger König und Mann von Herz.

Ueber den so schnöd ermordeten König Humbert von Italien wird berichtet, daß er, getreu dem Grundsatz des Hauses Savoyen: „Befehlen lernt man nur, wenn man gehorchen kann," auch ein sehr folgsamer Patient gewesen sei, was gewöhnlichen Sterblichen zum Muster dienen kann. Der König war von Jugend auf ein starker Raucher; als ihm aber sein Leibarzt vor zwölf Jahren sagte, daß er durch sein Rauchen die Gesundheit schädige, erklärte er: „Von heute ab werde ich keine einzige Zigarre mehr rauchen!" und sofort hörte er auf, obgleich er sich daran gewöhnt hatte, fast jeden Tag 20 starke Zigarren zu schmauchen.

Der König war auch sonst ein Muster von Mäßigkeit und befleißigte sich — auch wieder ein Vorbild mit Hinblick auf unsere heutige, so raffiniert gewordene Lebensweise — der denkbar einfachsten Gewohnheiten. Bei den großen Hoftafeln mit den wunderbarsten Weinen wurde ihm allein immer eine besondere Flasche „Champagner" hingestellt — niemand konnte vermuten, daß es nur eine unschuldige Limonade mit Brausepulver war. Beim Lunch wie bei allen Mahlzeiten trank

Digitized by Google

der König nur Eiswasser. Bloß bei dem Diner des Abends nahm er mitunter ein halbes Gläschen alten italienischen Rotweins.

Umberto war außer einem eifrigen Arbeiter auch ein Mann von Gemüt, Herz und Unerschrockenheit, besaß also wahrhaft königliche Tugenden, der Nachahmung jedes Bürgers würdig. Er liebte die Kinder aus Flora's Reich, die lieblichen Blumen, eine köstliche Eigenschaft. Nach dem ersten Frühstück widmete sich der Souverän etwa eine Stunde lang liebevollem Besichtigen und Begießen der Blumen auf der Terrasse, bei welcher freundlichen Beschäftigung die Nachbarn den mit dem „Gottfried", dem bürgerlichen Schlafrock bekleideten König oft genug beobachten konnten.

In den von seinen Sekretären ihm vorgelegten, mit farbigen Bleistiften markierten Zeitungen las der gutherzige, in so fluchwürdiger Weise von einem eigenen hinverbrannten Unterthan hingemordete Vater seines Volkes namentlich die Chronik der Unfälle, wo es lindernd und helfend einzugreifen galt, eine Beschäftigung, empfehlenswert für jeden Millionär auch ohne Krone. Auf dem Rande bemerkte der edle Fürst dann mit Anilinfeder, wie und mit welchen Summen (von 100—10 000 oder gar 50 000 Franken) zu helfen sei!

Von dem persönlichen Mut und dem feurigen Barmherzigkeitsgefühle des Königs Umberto liefert die schwere Choleraheimsuchung der Stadt Neapel im September 1884 ein leuchtendes Beispiel. Er war damals mit der Königin in Venedig und hatte beschlossen, nach Pardenone zu gehen, wo ein militärisches Fest stattfinden sollte, als er die Nachricht empfing, daß in Neapel die Cholera so schlimm aufträte, daß das Volk vor Furcht ganz unzurechnungsfähig wäre und die Obrigkeit allen Einfluß verloren habe. Er telegraphierte sofort: „In Pardenone feiert ihr ein Fest, in Neapel stirbt das Volk zu Hunderten. Ich gehe nach Neapel." Hier trat der tapfere König keck und unerschrocken an die Betten von Cholerakranken in Spitälern. Von da an war er ein besonders beliebter Mann des Volkes. Und ein solcher Held und Samariter mußte ein Opfer wahnwitzigen Meuchelmordes im eigenen Lande werden!

Zeitungsmedikasterei.

Noch immer blüht die schwindelhafte Medikasterei durch Zeitungsanpreisungen von Geheimmitteln, Zeugnisse für Heilungen, briefliche Behandlung ohne Berufsstörung usw. in unseren Tages- und Wochenblättern, ohne daß die Medizinalpolizei bis jetzt diesem schädlichen Auswuchs der Gewerbe- und Preßfreiheit durch Verbot und Strafen energisch zu Leibe stiege. Daß sogar renommierte Kurzeitungen durch dieses unlautere Mittel Inseratengold einheimsen, ist nichts weniger als rühmlich. Ein Muster dafür liefern die „Davoser Blätter", mit folgenden unreellen Anpreisungen in einer und derselben Nummer (vom 25. August): Dr. Stephans Universal-Augenbalsam, von erstaunlich rascher und sicherer Wirkung bei skrophulösen Augenentzündungen und ähnlichen Augenleiden, selbst wenn dieselben schon sehr veraltet und andere Mittel erfolglos geblieben sind. Preis per Karton 2,50 Frcs. Depot: Pharmacie Centrale Genf, 13. L. Model. — Wer an Wassersucht, geschwollenen Füßen und ähnlichen Krankheiten leidet, findet Heilung mit dem seit Jahren bestbewährten Wassersuchtsthee aus der Schützenapotheke München. Per Packet 3. Fr. Depot: Pharmacie Centrale Genf, 13. L. Model. — Gehör-Oel aus der Schützen-Apotheke München, heilt schnell und gründlich Ohren-Catarrh, tempor. Taubheit, Ohrenstechen, Schwerhörigkeit, Ohrensausen und Ohrenfluß, sowie alle jene Ohrenkrankheiten, welche nicht angeboren oder durch Zertrümmerung des Trommelfelles entstanden sind. Preis eines Flacons 2,50 Fr. Depot: Löwen-Apotheke Chur, 13. — Asthmapulver. Aerztl. empfohlen u. z. eig. Gebrauch verwendet, als rasch und sicher wirkendes Räucherpulver bei Asthma, Brustbeklemmungen, Herzklopfen und ähnlichen Leiden p. Pack., ca. 1 Pfund, 4,50 Fr. Das Beste und Billigste, was bis jetzt existiert. Depot: Löwen-Apotheke, Chur 13.
— Rheumatismus, Gicht, Gliederschmerz, Hexenschuß, Kreuzschmerz wird schnell und sicher geheilt durch Einreibung mit Weigands Rheumatismusgeist (gesetzlich gesch.).

Digitized by Google

Schon nach einmaliger Einreibung bedeut. Linderung der Schmerzen, bei neuen Fällen sofortige Heilung. Zahlreiche Anerkennungsschreiben von Geheilten. Preis pro Flasche 3,75 Fr. Depot: Löwen-Apotheke, Chur 13. — Gegen Fettleibigkeit, Atembeschwerden, Verdauungsstörungen, Fettherz, Schwindel usw. sind Pilules Dr. Herteux das unschädlichste und sicherste Mittel. Per Flasche 5,50 Fr. Depot: Pharmacie Centrale Genf, 13. L. Model. — Zu beziehen durch jede Buchhandlung ist die preisgekrönte in 25. Auflage erschienene Schrift des Med.-Rat Dr. Müller über das gestörte Nerven- und Sexual-System. Freizusendung unter Couvert für 1,25 Fr. in Briefmarken. Curt Röber, Braunschweig. — Will nur zu der nichtsnutzigen brieflichen Beratung und Zusendung von angeblichen, sehr teuren Medikamenten verleiten. Wer an obigen Beschwerden leidet, konsultiere persönlich einen vertrauenswürdigen Arzt zu Hause.

Ueber die Wirkung des Kreuzotterngiftes.

In Nr. 14 war in einem Artikel, betitelt „Giftschlangen in der Schweiz" über die Vermehrung der Vipern (Kreuzottern) im Jura (z. B. Kanton Neuenburg) die Rede. Von Interesse dürften die Resultate der Versuche sein, welche der jüngst verstorbene Professor Dr. Birch-Hirschfeld über die Wirkung des Kreuzotter-Giftes angestellt hat. Derselbe konstatierte dabei folgendes:

Frisch eingefangene Kreuzottern liefern ein stärkeres Gift, als schon längere Zeit in der Gefangenschaft lebende; auch Jahreszeit und Temperatur haben Einfluß auf die Giftigkeit der Tiere. Die häufig beobachtete äußerst rasch verlaufende Giftwirkung beruht offenbar darauf, daß durch den schnellen Eintritt einer relativ großen Menge von Kreuzottergift in das lebende Blut ein Gerinnungsstoff gebildet wird, der durch Verstopfung des rechten Herzens bezw. der Lungengefäße den Tod herbeiführt. Dafür spricht u. A. auch die experimentelle Thatsache, daß Tiere, denen man vorher Blutegelextract (der bekanntlich die Blutgerinnung aufhebt) einverleibt, trotz mehrfacher Kreuzotterbisse längere Zeit am Leben bleiben. Wo der Tod erst nach längerer Zeit eintritt, ist die Ursache desselben in einer durch das Gift bewirkten Störung des Nervensystems zu suchen. Als bestes Mittel gegen die Kreuzottervergiftung haben sich Branntwein, Cognac und Rum, in sehr starken Dosen genossen, bewährt. Dabei spüren die Gebissenen nichts von dem Rausch. Außerdem kann man die Bißwunde aussaugen (wobei vorausgesetzt ist, daß man keine Wunde im Mund oder an den Lippen hat), ausschneiden oder ausbrennen, oder auch bis zur Ankunft ärztlicher Hilfe die Blutzirkulation durch Umschnürung des Gliedes (z. B. mittelst des elastischen Hosenträgers von Esmarch) unterbrechen.

Pest.

Wie verheerend die Pest wirkt, lehrt ein Bericht des Gesundheitsamtes in der englischen Kolonie Hongkong (China), laut welchem im Jahre 1899 auf 1486 Erkrankungen an der Pest 1428 Todesfälle gekommen sind, was einer ganz enorm gesteigerten Sterblichkeit an der unheimlichen Krankheit entspricht. Die Kolonialregierung hatte zur Verhütung der Weiterverbreitung der Seuche folgende Maßnahmen getroffen:

1. Verbringung der Kranken in das Pesthospital und sofortige Ueberführung der Gestorbenen in die öffentliche Leichenkammer;

2. Isolierung der Personen, die in Berührung mit Pestkranken gewesen waren, bis die Desinfektion ihrer Kleidung und Betten erfolgt ist;

3. Reinigung und Desinfektion der Wohnungen von Pestkranken. (In dem am meisten verseuchten Bezirke der Stadt hat eine Desinfektion sämtlicher Häuser ohne Unterschied stattgefunden.) Zur Desinfektion wird Kalk verwandt;

4. Desinfektion der öffentlichen Bedürfnisanstalten mit Chlorkalk;

5. Prämienzahlung für die Tötung von Ratten, da diese Tiere die Krankheit (den Pestbazillus) verbreiten.

Digitized by Google

Die Hauptvorzüge des Sodor.

Unter dem Namen „Sodor" läßt die Sodorfabrik in Zürich bekanntlich eine neue schätzenswerte Erfindung zur raschen Herstellung kohlensäurehaltiger, durstlöschender Getränke: Stahlkapseln, die mit chemisch reiner flüssiger Kohlensäure gefüllt werden, herstellen. Mit entsprechenden Flaschen bietet das ganze einen sehr bequemen Sodawasserapparat dar. In einem neuen Prospekt werden die Hauptvorzüge der Sodorerfindung folgendermaßen gekennzeichnet:

1. Vielseitigkeit der Verwendung. Mit Sodor und einer immer verwendbaren Spezialflasche erhält man aus Wasser sofort Sodawasser, durch Beigabe entsprechender Salze bequemst künstliche Mineralwasser (Vichy, Emser usw.). Milch mit Sodor behandelt erhält einen angenehmen Beigeschmack und wird, was noch höher anzuschlagen ist, schneller und besser verdaut. Thee, Cognac usw. mit Sodor schmecken köstlich; aus Fruchtsäften und Sodor bereitet man durststillende Limonaden, aus gewöhnlichem Wein ein Champagner ähnliches Getränk (ohne Alkohol). Sodor ist auch in der Krankenpflege verwendbar, denn unangenehm schmeckende Medikamente, Bitterwasser usw. werden durch diesen Zusatz an Kohlensäure wohlschmeckender und gerne genommen. Besonders geschätzt wird Sodor in den Tropen und in Gegenden, wo gutes Trinkwasser rar ist.

2. Reinheit. Eigene Kontrolle der Konsumenten; absolute Reinheit der Kohlensäure laut Gutachten von Chemikern.

3. Billigkeit. Nur ein Sodor nötig, um sich irgendwelches kohlensäurehaltiges Getränk zu bereiten zu einem geringen Preise.

4. Leichtigkeit des Transportes. Eine Schachtel mit 10 Stück Sodorkapseln wiegt nur 100 Gramm; sie repräsentiert 10 Flaschen käufliches Sodawasser, deren Totalgewicht dagegen 12 Kilogramm beträgt. 10 Stück Sodor in Schachtel haben bequem Platz in jeder Westentasche.

5. Bequemlichkeit. Nur einmalige Anschaffung der immer verwendbaren Spezialflasche, um mit Sodorkapseln ungezählte Flaschen kohlensäurehaltiger Getränke selbst herzustellen. Kein Pfropfenzieher mehr. Unbegrenzte Haltbarkeit der Sodor bei richtiger Behandlung. Gebrauch ohne jede Vorkenntnis, durch Jedermann, an jedem Ort! Die Gebrauchsanweisung ist jeder Schachtel und Flasche beigegeben. Sehr bequem am Familientisch, für Reisende, auf der Jagd, für Radfahrer, auf Schiffen usw.

6. Absolute Gefahrlosigkeit. Ausführliche Gutachten von Professoren des eidg. Polytechnikums in Zürich konstatieren die absolute Gefahrlosigkeit der Sodor bei ihrer Verwendung, sofern die beigelegten Gebrauchsvorschriften befolgt werden. Jede Spezialflasche, jeder Sodor erfährt vor dem Versandt eine gewissenhafte Probe. Umfangreiche Versuche ergaben ferner, daß die Sodorkapseln durch Schlag oder Quetschung in jeder Richtung weitgehende Formveränderungen ohne Nachteil ertragen.

7. Möglichste Berücksichtigung individueller Ansprüche. Diesen gerecht zu werden, stellt die Sodorfabrik Zürich die Spezialflaschen in verschiedenen Größen und Konstruktionen dar und zwar zu 7 und 3,5 Deciliter und liefert dementsprechend auch die Sodorkapseln in 2 Größen. Nr. 1 und 5 sind nur zu 3,5 Deciliter und Nr. 3 und 4 nur zu 7 Deciliter, Nr. 2 zu 3,5 und 7 Deciliter vorrätig.

Automobil-Verbot im Kanton Graubünden.

Die „Davoser Blätter" vom 25. August schreiben: „Eine ebenso zeitgemäße als energische Maßregel hat der Regierungsrat des Kantons Graubünden getroffen, indem er das Befahren der kantonalen Straßen mit Automobilen absolut untersagt hat. Anlaß zu diesem Beschluß haben wiederholte Fälle allzu schnellen und rücksichtslosen Automobilfahrens gegeben, die in Anbetracht der Straßenverhältnisse und des regen Postverkehrs im genannten Kanton während der Fremdensaison ernste Katastrophen befürchten ließen. Ueberhaupt hat sich dieses neue Verkehrsmittel bisher die Gunst des Publikums in nur geringem Maße zu erwerben vermocht, und wer einmal Gelegenheit gehabt hat, zu sehen, welche Mißstände die Automobilplage z. B. an der Riviera zu Tage gefördert hat,

Digitized by Google

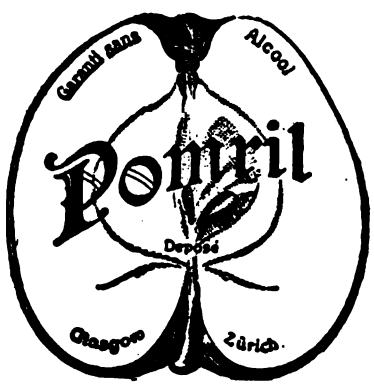
wo diese Polterkarren zu Hunderten die Straßen und Promenaden durchrasen und mit ihrem Lärm und dicht aufwirbelnden Staub beim Kurpublikum nichts weniger als wohlwollende Gefühle wecken, der wird die vom Graubündner Regierungsrat getroffene Maßregel gewiß nur begrüßen — sofern er nicht selber Automobilbesitzer ist." — Auch in den Städten bedarf die Automobilfrage insofern einer vermehrten Aufmerksamkeit der Straßensicherheitspolizei, als das allzu schnelle, gefährliche Fahren dieser modernen Vehikel durchaus verboten und strenge überwacht werden sollte. (Red.)

Gründet Spezialklassen für schwachbegabte Schulkinder!

Eine große und segensreiche Errungenschaft der modernen Pädagogik, welche auch vom Standpunkt der Schulgesundheitspflege die lebhafteste Befürwortung verdient, sind die Spezialklassen für schwachbegabte Schulkinder. Sie sollten überall, nicht nur in größeren Ortschaften (Städten) je nach den lokalen Verhältnissen organisiert werden, denn allüberall ist ein Bedürfnis dafür vorhanden. Ueber diejenige in der Stadt Zürich lautet der Visitationsbericht des Bezirksschulinspektors pro 1899—1900 folgendermaßen:

„Diese Schulabteilung (geführt von Lehrer Fisler) ist ein Juwel im Schulorganismus der Stadt Zürich; sie ist eine Musterschule in jeder Beziehung. Ein schlagender Beweis für die Wahrheit des Pestalozzischen Satzes, daß auch das arme, verwahrloste, zurückgebliebene Kind der Entwicklung und Ausbildung fähig sei. Der schwache Schüler bedarf oft nur einer Seele, die Verständnis hat für seine Lage und Bedürfnisse und der es nicht fehlt am guten Willen, den vorhandenen Mängeln und Gebrechen abzuhelfen. Wenn je das Bild vom erwärmenden und erleuchtenden Sonnenstrahl, der die geschlossenen Kelche öffnet und erschließt, richtige Anwendung gefunden, so ist es hier. Ein Wort, ein Blick, eine Bewegung des Lehrenden genügt und der Bann, der auf dem Schüler lag, ist gebrochen. Wo aber Vertrauen und Liebe die Herzen der lernlustigen Kinder mit der Feuerseele des treubesorgten Lehrers verbindet, da ist der Erfolg von vornherein gesichert. Und wenn je in einer Schule es dem Besucher klar wurde, daß die Person des Lehrers alles bedeutet: Lehrweise, Lehrstoff, Lehrmittel, Lehrziel, so ist es in der Spezialklasse für Schwachbegabte in Zürich. Hier ist alles Leben und Persönlichkeit; Gesetz und Vorschrift verschlungen in den Sieg der schützenden, helfenden, dienenden und rettenden Menschenliebe."

POMRIL, ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.



Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt.
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velozipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.

Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.

Man erteile Probeaufträge an die 1960

POMRIL LIMITED Zürich
oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Eignet sich infolge minimalen Stärkegehaltes vortrefflich als Beikost für Säuglinge, zumal Eiweisstoffe, Nährsalze u. Fett in normalen Quantitäten vorhanden.

300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 27
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtthg.)

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack u. verursacht keine Beschwerden. — Vielfach prämirt mit höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen.

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Trinkt gegen Katarrh Passugger Ulricus.

Bestbewährtes Mineralwasser bei Erkältung und Verschleimung der Atmungsorgane und des Magens sowie bei Gicht. Von den Aerzten sehr empfohlen.
Glänzende Heilerfolge!
In Apotheken u. Mineralwasserh. erhältl. 85 G Auch kistenweise 30/1 durch
Passugger Heilquellen Passugg u. Köpfs.
Hauptdepot für den Bezirk Zürich und beide Seeufer bei Herrn G. Eichelberg, Dr. Sieben's Nachf, Zürich III.

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.
Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.
Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur „**Arche**" und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement „**Lilienberg**", 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 196 **Die Verwaltung.**

Orell Füssli, Verlag, Zürich.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett Preis 75 Cts.
Die Fehlgeburt „ 75 „
Den Frauen gewidmet von Prof. Dr. **Spöndly**, Hebammenlehrer in Zürich. G41
Die Krankenernährung und Krankenküche v. A. Drexler.
Diätischer Ratgeber. 90 Cts.
103 Rezepte Engl. Puddings u. Cakes f. die deutsche Küche.
Von Anna Rieter.
2. Auflage – Fr. 1.20
Vorrätig bei Th. Schröter's, Sortim. Zürich, Seidengasse 7.

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.
Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.
— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 88 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.
Th. Schweizer.

101 Winke und Wünsche für die Gesundheit

Von Dr. G. Custer
5846

Dieses Schriftchen giebt in volkstümlicher knapper Weise Aufklärung über die wichtigsten Grundsätze praktischer Gesundheitslehre
Preis: broch. 40 Cts.
für Anstalten u. Vereine: 10 Expl. Fr. 3.75, 100 Expl. 30 Fr.
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Digitized by Google

HYGIAMA

Eine Bereicherung der Krankenkost, vor allem bei Magen- und Darmleiden, Typhus abdom., Verdauungschwäche, Reconvalescenz.

300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3 50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 23
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.).

Hotel und Pension Johannesburg
bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftssäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lisa Meier.**

St. Moritz-Oberengadin
HOTEL STEFFANI
1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.

Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas
sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am zürichsee.

Rigi-Klösterli 346 Hôtel Schwert

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Rüttihubelbad
im Emmenthal,
Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn.
736 m ü. M.

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 33
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.

Eig. **Niklaus Schüpbach.**

Druckarbeiten aller Art, Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe u. Karten, Trauer- und Danksagungsanzeigen etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die
Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich

MAGGI'S
Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten, Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den
Spezerei- und Delikatess-Geschäften
Droguerien und Apotheken.

Unentbehrlich
für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G

Eis-Schränke
Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die
Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. Zürich III. Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Sodor
Kleinster Limonaden-apparat der Welt

Goldene Medaille
Weltausstellung Paris 1900

Ueberall zu haben.

Sodorfabrik Zürich.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. Oktober 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 18

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Nur ein Schnupfen. — Zur Verhütung von Verdauungsstörungen bei Kindern. — Gesundheitszustand im Monat August 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats August 1900 in Zürich Verstorbenen. — Kinderbibliothek in einem Park. — Kochunterricht in Volksschulen. — Endlich die Straßenbahnheizung in Zürich. — Zur Verkehrsgesundheitspflege. — Witterung im August 1900. — Inserate.

Nur ein Schnupfen!

Dr. Maximilian Bresgen bespricht in einem kürzlich erschienen Schriftchen*) betitelt: „Ueber die Notwendigkeit örtlicher Behandlung des frischen Schnupfens" auch die Bedeutung dieses so landläufigen Uebels. Dieselbe liegt in der durch den Katarrh (Pfnüsel) behinderten Nasenatmung, im Verschluß solcher Wege, die mit Nebenhöhlen der Nase in Verbindung stehen und in Fortleitung der Krankheit auf die Nachbarschaft. Dr. Bresgen schildert die noch viel zu gering geschätzten Plagen folgendermaßen, wobei er besonders die Schädlichkeiten der Mundatmung hervorhebt:

Der frische Schnupfen ist in seinen Erscheinungen Jedermann wohlbekannt. Jeder fürchtet ihn mindestens als etwas recht Unangenehmes, und wer öfter an ihm zu leiden hat, sieht ihn mit Grauen sich wieder anmelden. Im ersteren Falle kann man es sich noch erklären, wenn nichts Ernstliches gegen das Uebel geschieht; wer aber gewohnheitsmäßig an frischem Schnupfen leidet, wer bei jedem Wetterumschlag, bei jeder plötzlichen Einwirkung kühler Luft für drei bis vier Wochen ernstlich nasenkrank wird, der sollte doch trachten, seinen Dauerschnupfen loszuwerden. Hier hilft freilich kein noch so gutes Mittel gegen den frischen Schnupfen, wenigstens nicht für die Dauer; denn jeder häufig sich einstellende frische Schnupfen ist lediglich eine Verschlimmerung des schon lange bestehenden Dauer-Schnupfens, ist aber auch deshalb um so gefährlicher, weil er für die Entstehung schwerer Leiden der unterhalb gelegenen Luftwege verantwortlich gemacht werden muß.

Während nun bei Erwachsenen ein nur selten und nicht häufig auftretender frischer Schnupfen in den meisten Fällen von wenig erheblicher Bedeutung zu sein pflegt, ist bei Kindern auch die leichteste Entzündung der Nasenschleimhaut von um so größerer Wichtigkeit, je jünger sie sind; dies gilt also am meisten für Säuglinge, während die späteren Kinderjahre besonders dadurch gefährdet sind, daß leicht ein Dauerschnupfen mit seinen vielen und großen Schäden und Leiden sich anschließt.

Bei Neugeborenen hat man gefährliche Zustände nach Verstopfungen der Nasenhöhlen beobachtet. Es ist ja auch allgemein bekannt, daß solche Krankheitszustände das Saugen verhindern, daß also Säuglinge dadurch thatsächlich in Gesundheit und Leben ernstlich gefährdet

*) Verlag von F. Leineweber, Leipzig.

Digitized by Google

sind. Bekannt ist auch, daß das Kind von der Geburt an in der Ruhe den Mund stets geschlossen hat. Wenn aber sein Nasenluftweg beengt oder verschlossen ist, so muß es erst unter schweren Opfern die Mundatmung erlernen; es gerät dadurch in eine beständige Unruhe, und der ihm so notwendige Schlaf wird fortgesetzt unterbrochen, weil bei dem natürlicherweise geschlossenen Munde die Atmung unterbrochen wird. So tritt zu der beeinträchtigten Ernährung noch die gestörte Ruhe hinzu, um gemeinschaftlich das Gedeihen des Kindes in bedenklichster Weise zu gefährden.

Wiederholen sich die Anfälle frischen Schnupfens, werden sie stärker und langdauernder, so häufen sich einerseits die augenblicklichen Schäden, während andererseits, besonders bei Kindern — und je jünger diese, desto wirkungsvoller wegen der Engigkeit der Nasenwege — die Schleimhäute der Nase einer Dauer-Entzündung verfallen, und so die früher nur zeitweilige Nasenverstopfung zu einer dauernden mit allen ihren gleichfalls ununterbrochen wirkenden, die Gesundheit schwer schädigenden Nachteilen sich gestaltet.

Es gibt eine Reihe von Krankheiten, welche einem frischem Schnupfen zu folgen pflegen oder doch sehr häufig ihm sich anschließen. Im Vordergrunde stehen hier die Erkrankungen des Rachens, des Rachenringes, insbesondere der Gaumenmandeln. Der Rachenring erkrankt an frischen Entzündungen, von denen die Diphterie mit Recht die gefürchteste ist, vielleicht nur bei Mundatmung, falls nicht eine unmittelbare Fortleitung von oben her aus der Nase stattfindet. Wenn man bei einer Halsentzündung nicht auch die Nase entzündet findet, so fehlt in dieser doch äußerst selten jene Dauerschwellung, die zur Mundatmung zwingt. Jedenfalls habe ich durch lange Jahre hindurch feststellen können, daß Personen, besonders Kinder, die an Halsentzündungen häufig erkranken, stets Mundatmer sind. Darin beruht zur Hauptsache gerade die persönliche Anlage zur Erkrankung an Halsleiden. Wie sollte auch sonst gerade die sogenannte Rachenenge, jene von den beiden Gaumenmandeln seitlich besetzte Stelle, hauptsächlich von frischen Entzündungen befallen werden!

Bei vorwiegender oder beständiger Mundatmung wird, wie jeder das selbst schon empfunden hat, die Mund- und Rachenhöhle ausgetrocknet, weil die Einatmungsluft der von ihr bestrichenen Schleimhaut eine erhebliche Menge Wasser entzieht. Hierzu ist aber nur die gefäßreiche Nasenschleimhaut geeignet, während die Mund-, Rachen- und Kehlkopf-Schleimhaut dieser Fähigkeit entbehren. Deshalb ist es auch beim frischen Schnupfen eine so große Qual, nicht durch die Nase bei geschlossenem Munde atmen zu können, sondern tagelang der Mundatmung sich bedienen zu müssen. Die Austrocknung der Schleimhaut aber, besonders in der Rachenenge, bedingt ein beschleunigtes Absterben der plattenförmigen Zellen der Oberhaut und dadurch ein Bloslegen der tieferen Schichten, die durch die fortgesetzte Mundatmung unmittelbar ausgetrocknet und rissig gemacht werden, so daß einem Eindringen von durch den Mund eingeatmeten Krankheitserregern in die Schleimhaut kein Hindernis entgegensteht. Vergegenwärtigt man sich auch noch, daß die ausgetrocknete Rachenschleimhaut zum Schlucken reizt, daß dieses aber nur mit Schwierigkeiten und Schmerzen vor sich zu gehen vermag, weil die trockenen Schleimhautteile an einander sich reiben, auch zusammenkleben und beim Schlingen selbst nicht unerheblich gedehnt werden, so ist es nicht schwer zu begreifen, daß zu den durch die Mundatmung an sich gesetzten Verletzungen der Oberhaut der Schleimhaut auch mehr oder weniger tiefe Einrisse sich gesellen und die vorhandenen kleinen Flächenwunden der Oberhaut sich vergrößern.

Diese leichte Verwundbarkeit der Rachenenge wird aber noch vergrößert, wenn, wie sehr häufig, einem frischen Schnupfen rasch auch eine frische Entzündung der Rachenschleimhaut sich angeschlossen hat. Auch wird die so leicht verwundbare Fläche noch erheblich vergrößert und die Gefahr der durch die austrocknende Wirkung der Mundatmung bedingten Verwundbarkeit gesteigert, wenn eine oder beide Gaumenmandeln vergrößert oder auch stark zerklüftet sind. Diese insbesondere, sowie überhaupt der Rachenring, bilden die Haupteingangspforte für den Erreger des Gelenkrheumatismus, der gerade im Anschlusse an eine leichte Mandelentzündung besonders häufig vorzukommen scheint. Es ist sehr wahrscheinlich, daß dies noch viel öfter, als beschrieben worden ist, sich ereignet, daß man aber bei der Schwere der rheumatischen Erkrankung des Herzens und der Gelenke einer voraufgegangenen leichteren Halsentzündung keine Bedeutung beimißt oder sie nicht glaubt damit in Beziehung bringen zu sollen.

Digitized by Google

Gerade die Mitbeteiligung des Herzens beim Gelenkrheumatismus erheischt auf das dringendste, darauf zu achten, daß zur Atmung nur die Nase, nicht aber der Mund benutzt werde. Denn nur so vermögen die Organe der Rachenenge eine möglichst unverletzte Oberfläche zu behalten und nicht den so gefährlichen Entzündungen zu unterliegen.

Von größter Bedeutung ist die in Folge von Mundatmung ihres Oberflächenschutzes durch Zerreißung der Oberhaut beraubte Rachenenge für das Eindringen des Tuberkelpilzes in den Körper. Wie oft sieht man bei Kindern einem heftigen frischen Schnupfen, wie solcher auch bei Masern, Scharlach u. s. w. sich findet, eine Vergrößerung der Gaumenmandeln folgen, ohne daß gerade eine besonders starke Entzündung in der Rachenhöhle sich geltend gemacht hätte. Seit wir wissen, daß die sogenannte Skrophulose lediglich eine Drüsen-Tuberkulose ist, und daß besonders in den Mandeln und Halslymphdrüsen, deren Schwellung bei Skrophulose ja ein Hauptmerkmal bildet, Tuberkelbacillen in mehr oder weniger großer Zahl, wenn auch meist ruhend, sich finden, seitdem ist erst noch mehr erkannt worden, welch' hohe Bedeutung für die Gesundheit eine völlig ungehinderte Nasenatmung, die der Mund-Rachenhöhle ihre Oberflächenhaut erhält, hat. Aber nicht blos Tuberkelpilze, auch alle anderen Krankheitserreger werden, soweit sie der Atmungsluft sich beimengen, bei Mundatmung auf die niemals ganz heile Schleimhaut der Mund-Rachenhöhle, insbesondere der Rachenenge, abgelagert und finden dort leichten Eingang in den Körper und in die Blutbahn. *Anders ist es bei freier Nasenatmung:* denn in die Nase eingedrungener Staub und Krankheits-Keime werden in Folge der nach außen zu sich bewegenden (flimmernden) Wimperhaare der Schleimhaut-Oberzellen — die Mundrachenhöhle hat nur Platten-Oberzellen ohne flimmernde Bewegung — wieder mit dem Nasenschleime, der übrigens entgiftende Eigenschaften besitzt, nach außen befördert.

Im Gefolge eines frischen Schnupfens stellen sich mit ziemlicher Regelmäßigkeit neben den Entzündungen der Rachenhöhle auch solche des Kehlkopfes, der Luftröhre und ihrer feineren Lungen-Verzweigungen in Gestalt von Heiserkeit, Stimmlosigkeit und Husten ein. Es handelt sich aber bei weitem nicht immer um ein „Fortkriechen" der Erkrankung von der Nase abwärts. Denn in leichteren Fällen von Schnupfen unterbleibt ein solches meist oder beschränkt sich doch nur auf die Rachenhöhle, wie dies auch bei einer sachmäßigen örtlichen Behandlung eines schweren Schnupfenfalles die Regel zu sein pflegt. Es wirkt in diesen Fällen vielmehr in hervorragender Weise die beständige Mundatmung, die eine Austrocknung der Schleimhaut bis in die Luftröhre hinein bewirkt und die Grundlage zu weiterer Entzündung abgiebt. Welche Bedeutung eine so ausgedehnte Entzündung der Atemwege gewinnen kann, ist Jedermann bekannt; die Influenzafälle der letzten zehn Jahre haben in dieser Hinsicht eine nur zu beredte Sprache geführt. Bresgen glaubt, daß in keinem anderen Jahrzehnte so viel Menschen an Herzschlag gestorben und so viel Fälle frischer Ohrenentzündungen beobachtet worden sind. Niesen, Schneuzen und Husten bieten bei Herzschwäche große Lebensgefahr, wie sie andererseits leicht auch zu frischen Entzündnngen des Mittelohres führen können.

Können alle diese Gefahren schon bei einem gelegentlichen einmaligen Schnupfen sich sehr in den Vordergrund schieben, so erhöhen sich dieselben natürlich noch bei jenem gewohnheitsmäßigen, auf einer Verschlimmerung einer Dauer-Entzündung der Nasenschleimhaut beruhenden frischen Schnupfen. Hier treten, abgesehen von den benachbarten Gebieten der Augen und Ohren, der Mund- und Rachenhöhle, sowie des Kehlkopfes und der Luftröhre Störungen auf nervösem und dem Ernährungsgebiete sowie auch besonders an Lunge und Herz deutlich in die Erscheinung. Fortgesetzte Schneuzversuche bei Nasenverschwellung bedingen stets eine Ueberanstrengung der Lunge und des Herzens, was um so schärfer sich geltend macht, wenn sich im Laufe der Zeit ein Dauer-Husten hinzugesellt. Während die Lungen an Blähung erkranken, stellen sich am Herzen Störungen in Gestalt von Herzklopfen, Unregelmäßigkeit und Aussetzen des Pulses ein; Ueberanstrengungen des Herzens führen erfahrungsgemäß schließlich zu Herzschwäche, wie ja auch jeder einzelnen Ueberanstrengung stets Ermüdungserscheinungen, welche in leichten Fällen unbeachtet bleiben, aber doch auch nicht selten in deutlichen Herzschmerzen zur Geltung kommen, zu folgen pflegen.

Der frische Schnupfen ist nun aber auch für die Nase selbst, beziehungsweise für deren Nebenhöhlen von hervorragender Bedeutung. Ihm fast allein, jedenfalls hauptsächlich, sind jene langwierigen Eiterungen der Nebenhöhlen der

Digitized by Google

Nase zu danken.*) Freilich hinterläßt nicht jeder frische Schnupfen eine Dauereiterung der Nase; aber bei jedem heftigen Schnupfen handelt es sich stets auch um gleichzeitige Erkrankung mindestens einer Nebenhöhle der Nase. Daß sie nach drei-, vier- und mehrwöchigem Bestande meist wieder ausheilen, liegt lediglich an besonders günstigen örtlichen Umständen.

Zur Verhütung von Verdauungsstörungen bei Kindern.

In seiner trefflichen Broschüre, betitelt: „Zwanzig Jahre im Dienste der Kinderpflege und -Erziehung" behandelt J. Hürlimann, Arzt des Privatsanatoriums für Kinder am Aegerisee, auch die Entstehung der wegen ihrer Häufigkeit praktisch so belangvollen Magen- und Darmkrankheiten im Kindesalter. Hinsichtlich Ursachen dafür und Verhütung schreibt er folgendes:

Was der arme kindliche Magen nicht alles aushalten muß durch Genuß von Chocolade, Bonbons und Backwerk! Von daher kommen die meisten krankhaften Störungen. Der regelmäßige Genuß von solchem Naschwerk, „Chocolade inbegriffen", ruiniert den normalen Magensaft, verunreinigt denselben, gibt Anlaß zu Milch-, Butter-, Essigsäurebildung und schließlich zu organischen, andauernden Magenstörungen, z. B. zum chronischen Magenkatarrh.

Eifrig ist die Reklame beschäftigt, alle möglichen Syrupe, alle fast unmöglichen Arten von Chocolade (in neuester Zeit die Milch-Chocolade) anzupreisen. Die Dimensionen, die der Verbrauch der Chocolade (ich spreche nicht vom Cacao, dem unter Umständen geeigneten diätetischen Rohprodukt) angenommen, sind geradezu großartig. Man kann sich keinen Besuch, kein Fest, keine Tante, keinen Onkel, kein Ereignis, nicht einmal eine Taufe oder eine Heirat ohne Chocolade für die Kleinen denken. Sich daran zu erinnern, wie schädlich eine dadurch bewirkte Verstopfung wirken kann; sich zu vergegenwärtigen, wie manche Magenstörung der regelmäßige Genuß von Chocolade bewirkt, fällt sozusagen niemandem ein. Hat doch die Reklame für eine gehörige Suggestion aller Kreise gesorgt. Chocolade ist gesund, das hat schon Papa Suchard gesagt, also gilts.

Frage ich den meisten chronischen Verdauungsstörungen nach, so liegt die Ursache beim Konditor; erkundige ich mich nach den Gründen der Abneigung gegen eine einfache, reizlose Kindernahrung, sie liegt beim Bonbonsverkäufer! Man ist im Stande, durch fleißige Verabreichung von dergleichen Produkten die kräftigste, die tadelloseste Verdauung zu ruinieren.

Wenn die Kinder in meiner Anstalt das ganze Jahr hindurch so wenig mit Verdauungsstörungen geplagt sind, verdanke ich das dem konsequenten Festhalten an richtigen Grundsätzen. Und wenn einmal ausnahmsweise eine akute Störung vorkommt, so verschuldet sie die gute Tante oder der liebe Großpapa mit seinem Paquet anläßlich eines Besuches.

Die langandauernde (chronische, aber nicht tuberkulöse) Diarrhoe ist eine ernste Krankheit. Sie ist im stande, die kräftigste Gesundheit der Kinder zu ruinieren. Die Heilung sollte baldmöglichst angestrebt werden. So lange die chronische Diarrhoe besteht (wir reden nicht von den tuberkulösen Affektionen), nützt alle Sorgfalt nnd Mühe der Eltern, die Kräfte eines Kindes zu mehren, nicht viel. Diese Affektion trifft man häufig. Auffallend wirkt da der einfache Wechsel von Nahrung und Beschäftigung in Verbindung mit einer klimatischen Kur. Wir haben alljährlich eine Gruppe solcher Kinder hier, die ohne Weiteres genesen. Methodisches Kurleben, Konsequenz in der Ernährung, Ruhe, bewirken oft ganz überraschende Resultate.

Chronische Diarrhoen trifft man oft auch bei nervösen Kindern. Sobald die Schule aufhört, verliert sich auch die abnorme Stuhlthätigkeit. Eine totale Aenderung der Lebensweise kann aber auch schwere Formen von organischem Dünn- und Dickdarmkatarrh zur Heilung bringen. Mit der gewöhnlichen Schleimsuppen- und Milchdiät kommt man oft genug zu keinem Ziel; namentlich wenn sie schon lange Zeit zur Anwendung gelangten, thut man gut, zu wechseln. Medikamente sind selten nötig; eine individualisierende Pflege genügt. Leibwickel, Klysma mit Tannin, Heidelbeerenmus, vorab aber Ruhe mit Luftwechsel unterstützen die Kur. Schließlich kommt man immer zum Ziel, es wäre denn, daß ein verborgener, tuberkulöser Prozeß im Unterleibe die Heilung stören oder bösartige Darmgeschwüre die

*) Eine Ausnahme macht manchmal die Kieferhöhle, wenn durch eine kranke Zahnwurzel eine Eiterung in ihr unterhalten wird, oder wenn ein Fremdkörper in eine Nebenhöhle eingedrungen ist.

Digitized by Google

diätetische Kur kreuzen würden. Auffallend schlecht wird bei chronischer Diarrhoe hie und da Milch, dieses Universalmittel bei Ernährung von Verdauungsleidenden, ertragen. In solchen Fällen mag saure Milch, Kephir versucht werden. Alle angepriesenen Droguen und künstlichen Nahrungsmittel, alle Peptone und Extrakte kann man bei Behandlung chronischer Verdauungsstörungen bei Kindern ruhig in die Ecke stellen. Ein Arzt wird im Sanatorium ohne dieselben (und mit wenigen Medikamenten in Ausnahmefällen) zum Ziele kommen. In dieser Art Pflege liegt ein besonderer Reiz; der Arzt muß sich dann nicht in schwindelerregenden Regionen bewegen und ist doch à jour, nämlich mit den Erfolgen.

Dickdarmkatarrhe mit Verstopfung bieten ebenfalls gute Chancen für Heilung im Sanatorium. Kinder, die zu Hause regelmäßig massiert, alle Tage mit Glycerin-Klysma (!) behandelt wurden, erhalten regelmäßig Stuhl, sobald die Ernährung geändert, die Bewegung vermehrt wird. Wohl die bequemste Art der Unterleibsmassage im Sanatorium ist das Bergsteigen, das Hinaufklettern an steilen Halden, bei Verabreichung einer an Früchten, Fruchtsäften und grünen Gemüsen reichen Nahrung. Auch das Schwarzbrod kann treffliche Dienste leisten. Wechsel in der Bewegung, Lauf- und Sprungspiele, Vermeidung von Cacao u. s. w. unterstützen die Kur. Wie man ein Kind gewöhnen kann, nicht mehr ohne künstliche Mithülfe Stuhl zu erhalten, ebenso kann man es gewöhnen, zur regelmäßigen Zeit den Abort mit Erfolg zu besuchen.

Es macht manchmal den Eindruck, als ob die tägliche bekümmerte Fragenstellung der ängstlichen Mama suggestiv lähmend wirken könnte. Hat das Kind einmal die Ueberzeugung, daß sich der Prozeß der Darmentleerung nicht ohne künstliche Hülfe vollziehe, dann geht es ohne solche nicht! Man kann aber durch die tagtägliche Nachhülfe ein Kind ganz daran gewöhnen. Endlich muß es doch anders kommen und manches Kind schaut mich verwundert an, wenn ich befehle, daß es anders kommen muß! Und das Resultat läßt meistens nicht auf sich warten, mit oder ohne besondere Aenderung in der Ernährung.

Diese tagtäglichen Unterhaltungen bekümmerter Eltern über Leibesfunktionen der Kinder üben eigentümlich schädigend auf die Seele des Kindes. Die größten Kleinigkeitskrämer, die willenlosesten Kinder habe ich da getroffen, wo die tagtägliche Obsorge für Stuhlfunktionen eine gar zu peinliche war. Probiere man es doch in oben angedeuteter Form mit einer total geänderten Lebensweise. Schließlich findet auch der interessanteste Darminhalt seinen natürlichen Ausweg, oft nach fünf, dann nach vier, schließlich nach zwei Tagen und welch ein Erfolg, endlich — regelmäßig!!

Gesundheitszustand im Monat August.

Endlich scheint in den Sterblichkeitsverhältnissen eine Wendung zum Bessern eintreten zu wollen; sowohl in der Schweiz als besonders in der Stadt Zürich ist die Mortalität in diesem Monate um ein bedeutendes zurückgegangen.

In den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz beläuft sich die Sterblichkeit auf 14,3 ‰; gegenüber dem Juli eine Abnahme von 2,2 ‰. Die Zahl der Geburten ist etwas kleiner gegenüber dem vorhergehenden Monat und beträgt nur 26,85 ‰. Daraus ergibt sich ein Ueberschuß der Geburten zu den Sterbefällen von 12,5 ‰; immerhin noch ein günstiges Ergebnis, wenn man sich immer wieder daran erinnert, daß 10 ‰ Ueberschuß der Geburten als dasjenige Verhältnis betrachtet wird, welches guten Entwicklungsverhältnissen größerer Bevölkerungskreise entspricht.

Die Stadt Zürich weist 225 Todesfälle auf, gegenüber 284 im Juli. Zur Berechnung der Sterblichkeit müssen davon in Abzug kommen die 14 Totgebornen. Aus dem Rest ergibt sich eine Mortalität von 15,5 ‰, zugleich in Beziehung gebracht fürs ganze Jahr. Im Vergleich zur vorhergehenden Berichtsperiode fällt die gewaltige Differenz von 5 ‰ zu Gunsten des heutigen Berichts auf. Die Sterblichkeit in Zürich ist damit so weit zurückgegangen, wie dies in diesem Jahre noch nie der Fall war; denn die Sterblichkeit war bis jetzt immer über 16 ‰ geblieben. Aber das Resultat dieses Monats darf deshalb noch lange nicht als ein besonders günstiges hingestellt werden, da wir z. B. besonders im Vorjahre selten so hohe Sterblichkeitszahlen zu verzeichnen hatten in der Stadt Zürich wie heute; dieselben blieben fast ohne Ausnahme unter 15 ‰. Vergleichen wir z. B. mit dem August 1899, so finden wir,

Digitized by Google

daß damals die Sterblichkeit nur 13,1 ‰ betrug. Der Unterschied rührt von mehreren kleinen Differenzen her, welche mehr zufälliger Natur zu sein scheinen, denen nicht ungünstige sanitarische Verhältnisse zu Grunde liegen dürften. So ist z. B. die fast doppelt so große Zahl der durch Unfall und Selbstmord ums Leben gekommenen ein Grund, der zur höhern Sterblichkeit in diesem Monate gegenüber dem Vorjahre beiträgt. Wenn wir weiter sehen, daß in dieser Kolonne die Selbstmorde gegenüber 2 vor einem Jahre auf 9 in diesem Jahre gestiegen sind, so wird man unwillkürlich daran denken müssen, ob nicht die gegenwärtigen, so schweren Krisen in vielen Bevölkerungskreisen in Zürich und anderwärts hier eine ursächliche Rolle spielen. Ungünstiger gestalten sich auch die Sterblichkeitsverhältnisse der an tuberkulösen Krankheiten Gestorbenen, indem dieselben gegenüber dem Vorjahre eine Zunahme von 27 auf 36 aufweisen. Im Gegensatz dazu zeigen die Todesfälle an Krankheiten der Atmungsorgane ein auffällig günstiges Verhalten, ebensowohl im Vergleich mit den frühern Monaten, als im Vergleich mit dem August 1899; statt 19 Todesfälle zählt der August 1900 nur 9 an Erkrankungen der Atmungsorgane.

Zur Sommerszeit bildet stets die Sterblichkeit an Kinderdiarrhoeen einen gewichtigen Faktor zur Verschlimmerung der Sterblichkeitsverhältnisse in der Stadt und auf dem Lande. Dieselbe ist in Zürich gegenüber dem Vorjahre fast die gleiche; letztes Jahr 46, dies Jahr 49. Während aber der Juli 1899 und 1898 noch verhältnismäßig wenig Todesfälle an Kinderdiarrhoen zeigte, erst der August größere Zahlen aufwies, so haben wir dies Jahr, entsprechend der großen Hitze, schon 63 Fälle im Juli, ja im Juni sogar schon so viel wie jetzt im August. Ein etwelcher Trost kann für uns darin liegen, daß dies Jahr wenigstens im August schon eine Abnahme dieser Todesfälle von 63 auf 49 stattgefunden. Jedenfalls wird aber auch dies Jahr die Sterblichkeit an Kinderdiarrhoen wieder hoch genug steigen, um klar zu zeigen, daß die Notwendigkeit eingreifender Maßregeln gegen diese bejammernswerten Zustände eine dringende ist.

In Bezug auf die epidemischen Krankheiten sowohl in der Schweiz als im Kanton Zürich sind wir in der Lage, recht günstige Verhältnisse melden zu können. Die Pocken sind in der Schweiz wieder fast ganz verschwunden. Auch die Diphtherie weist nirgends erhebliche ungünstige Schwankungen in ihrem Auftreten auf. In Zürich selbst haben die Typhusfälle weiter abgenommen; von einem wirklich epidemischen Auftreten kann nicht die Rede sein. Die Masernepidemie, die seit Oktober 1899 bei uns geherrscht hat, darf als erloschen betrachtet werden. Scharlach wurden 12 Erkrankungen im August gemeldet; gleich wie im letzten Monat. Hier und anderorts, früher und auch jetzt wieder gemachte Beobachtungen veranlassen uns, darauf hinzuweisen, daß die Ferien, besonders im Sommer, obwohl die Schulen geschlossen sind, zur Verhütung des Umsichgreifens von epidemischen Kinderkrankheiten keineswegs so zweckmäßig sind. Unter den gegenwärtigen Verhältnissen ist die Gefahr sehr groß, daß bei dem, man möchte sagen, epidemischen Herumreisen der ganzen Bevölkerung von einem Ort zum andern eine gegenseitige Verschleppung von ansteckenden Krankheiten häufig erfolgen muß. Wir bringen in neue Gegenden ansteckende Krankheiten und erhalten umgekehrt von unserem Ferienaufenthalsort ähnliche liebe Gaben; in manchem Falle wären aus diesem und ähnlichen Gründen der absolute Gewinn für die Gesundheit größer, wenn man zu Hause unter bekannten Verhältnissen in Ruhe seine Ferien zubringen würde, statt dem allgemeinen Trieb blindlings zu folgen.

Die gegen Ende August in Glasgow aufgetretene Pest begann mit der Erkrankung eines Kindes an Lungenpest, ca. um den 20. August herum. Die Familie dieses Kindes hatte mit einem in den Docks dort beschäftigten Arbeiter nachweislich in regem Verkehr gestanden. Die Verhältnisse in den dortigen Docks sollen aber nach französischen Berichten nicht gerade hygienische sein und wäre somit eine Einschleppung von einem Schiff her nicht so unerklärlich. Bis zum 30. August waren weitere 12 Erkrankungen zur Anzeige gelangt. Dieselben waren fast alle leichterer Natur. Auch in Beginn des September sind noch einige neue Fälle dazu gekommen. Jedenfalls scheint auch hier die Seuche ähnlich aufzutreten, wie in Oporto dies vor einem Jahre der Fall war. Zuversichtlich kann aber angenommen werden, daß in Glasgow mindestens so wirksame Maßregeln zur Bekämpfung der Seuche ergriffen werden wie in Oporto. Für uns ist somit nicht etwa eine neue Gefahr entstanden. Immerhin bestätigen diese Thatsachen das früher gesagte, daß die Pest unaufhörlich an Boden gewinnt auf der ganzen Erde. A. M.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats August 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0—1 Jahr		2—5 Jahre		6—10 Jahre		11—20 Jahre		21—30 Jahre		31—40 Jahre		41—50 Jahre		51—60 Jahre		61—70 Jahre		71—80 Jahre		81—90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	5	9	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	5	9	14	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	15	7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	15	7	22	
III. Altersschwäche	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	6	.	.	1	7	8	
IV. Gewaltsamer Tod	.	.	1	1	1	.	.	.	2	1	5	1	2	.	.	.	1	1	.	1	.	.	.	.	12	5	17	Unfälle 8, Selbstmord 9
V. Allgemeinkrankheiten	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	1	.	.	.	.	.	.	.	4	1	5	Zuckerharnruhr 2, Rachitis 1
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.		.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	
Masern und Scharlach	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	Masern 1
Diphtherie	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	
Croupöse Lungenentzündung	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	2	
Tuberkulose der Lungen	1	1	1	.	.	.	1	2	2	3	5	3	4	1	.	1	1	.	.	2	.	.	.	15	13	28	
„ anderer Organe	.	.	2	3	.	.	.	.	1	1	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	4	8	Tub. Hirnentzündung 3; Knochentub. 1
Andere anstek. Krankheiten	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	2	Syphilis 1, Sepsis 1
VII. Krankh. der Atmungsorgane	2	2	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	4	3	7	Katarrh. Lungenentzündung 3
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	2	3	3	.	.	2	5	.	.	.	.	5	12	17	Arteriosclerose 3
IX. „ „ Verdauungsorg.	24	26	1	.	.	.	.	.	.	1	3	.	4	.	2	3	1	2	.	.	.	.	.	.	35	32	67	Kinderdiarrhoe 49, Magen Darmkrebs 8
X. „ des Nervensystems	.	4	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	2	1	4	3	.	.	.	.	6	10	16	Hirnschlag 7
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	1	.	.	1	.	.	.	.	3	1	4	Nierenentzündung 2
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	2	3	
Total	47	50	7	4	1	1	1	3	8	9	13	6	14	5	9	8	8	6	7	12	.	6	.	.	115	110	225	

Digitized by Google

Kinderbibliothek in einem Park.

In der amerikanischen Stadt Brooklyn wurde eine mehr als 1000 Bände umfassende Kinderbibliothek im Tompkins-Park eröffnet. Es wird den Kindern, die den Park besuchen, möglich sein, in die Bibliothek zu gehen, sich ihre Lieblingsbücher auszusuchen und dann wieder in eine stille Ecke des Parkes zurückzukehren, wo sie ungestört lesen können. Bei Kindern und Eltern findet die neue Einführung freudigste Aufnahme. — Wir halten dafür, daß es für Kinder gesünder und gescheiter sein werde, in einem Parke, wenigstens in schöner Jahreszeit und bei gutem Wetter sich im Freien zu bewegen und zu tummeln anstatt in einer Ecke zu sitzen und zu lesen. Das können sie zu Hause.

Kochunterricht in Volksschulen.

Im Jahresvoranschlag der Stadt Mainz figurieren für den obligatorischen Kochunterricht in den Volksschulen über 10 000 Franken. Der Unterricht, der sich bewährt habe — man ist dort über das Bedenken hinweg, die Mädchen der Volksschule seien noch zu jung dazu — findet an allen Wochentagen nach den Schulstunden von 4—6 Uhr statt; an den schulfreien Nachmittagen schon früher. — Die Einrichtung von Schulküchen gewinnt doch allmählig an Boden, trotz aller Vorurteile dagegen. Einen praktischen, für Haus und Leben nützlichen Fortschritt stellen sie gewiß dar.

Endlich die Straßenbahnheizung in Zürich!

Nach vielfachem Experimentieren, nach mannigfaltigsten Bedenken und unstichhaltigen Einwänden wird man nun auch in Zürich endlich allgemein zur Straßenbahnheizung für den nächsten Winter gelangen. Mit Befriedigung hat man nämlich erfahren, daß der Stadtrat dem großen Stadtrat beantragt, für die Einführung jenes gesundheitlich belangvollen Fortschrittes einen Kredit von 5620 Franken zu bewilligen. Hoffentlich wird derselbe genehmigt.

Zur Verkehrsgesundheitspflege.

Die „Rhätische Bahn" hat ihre sämtlichen Lokomotiven mit dem Langer'schen Rauchverzehrer ausgerüstet, also in fortschrittlicher Weise einen wunden Fleck für manche Bahnhöfe und Ortschaften: die Luftverunreinigung durch den übelriechenden Steinkohlendampf und Rauch der genannten Zugsmaschinen beseitigt. Das hat für Kurorte, wie z. B. Davos, eine nicht zu unterschätzende Bedeutung und muß das Beispiel der Gesellschaft obiger Bahn, als ein Muster für andere, lebhaft begrüßt werden. Welch' ein Fortschritt in luftgesundheitlicher Beziehung wäre es z. B. für größere Städte wie Zürich, dessen Hauptbahnhof mit Umgebung von den vielen rauchqualmenden Lokomotiven in schlechte, ungesunde Luftverhältnisse versetzt wird, wenn die N. O. B.-Gesellschaft für jene Maschinen ebenfalls Rauchverzehrer einführen würde! Hoffentlich bringt der Betrieb unserer Hauptbahnen durch den Bund auch noch manchen Fortschritt in verkehrsgesundheitlicher Beziehung. Da wäre noch viel zu verbessern, denn die Eisenbahnhygiene liegt bei uns noch in gar manchem Punkte im argen.

Digitized by Google

Witterung im August 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°. Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 30—3	4—8	9—13	14—18	19—23	24—28
Zürich . .	493	16.4	0.9	27.4	20.	8.7	12.	18.0	15.3	15.2	17.9	19.6	16.1
Basel . .	278	16.8	1.2	26.1	19.	9.4	12.	18.3	15.9	15.6	18.4	19.1	16.7
Neuchâtel .	488	17.4	0.4	26.6	19.	10.7	12.	20.2	17.2	16.5	18.4	18.3	16.9
Genf . .	405	17.9	0.3	28.1	7.	11.2	31.	20.4	18.2	16.6	17.8	18.4	17.0
Bern . .	572	16.0	0.8	25.4	19.	9.7	31.	18.6	15.4	14.9	17.1	17.9	16.0
Luzern . .	451	16.5	0.7	25.7	19.	9.4	12.	18.4	15.6	15.6	17.6	19.2	16.5
St. Gallen	703	14.7	1.2	23.1	19.	9.1	11.	16.7	13.9	13.3	15.9	17.7	15.4
Lugano. .	275	18.9	1.7	27.6	3.	14.6	12.	22.9	19.7	19.7	18.8	19.3	18.0
Chur . .	610	15.9	1.1	25.8	7.	8.9	12.	17.7	15.3	14.7	17.1	18.2	16.0
Davos . .	1557	10.6	0.7	21.2	3.	4.0	12.	12.6	10.1	9.3	11.6	12.8	11.1

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	719.9	77	106	—32	50	15	0	3	0	5	5	6
Basel . . .	738.2	79	135	57	59	16	0	6	3	4	7	3
Neuchâtel .	720.3	72	125	27	58	12	0	4	0	5	8	11
Genf . . .	727.3	70	169	80	57	11	0	8	0	6	9	12
Bern . . .	713.1	67	138	30	57	12	0	6	5	5	10	11
Luzern . .	723.6	75	146	—13	51	17	0	5	0	7	7	3
St. Gallen .	702.7	73	103	—60	59	17	0	3	2	4	9	1
Lugano . .	737.5	77	575	400	53	19	0	11	0	7	9	2
Chur . . .	709.9	74	146	32	51	14	0	1	1	10	8	5
Davos . .	634.5	82	197	72	54	19	0	1	0	6	9	2

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 201, Basel 205, Bern 238, Genf 220, Lugano 226, Davos 199.

Der verflossene August war erheblich kühler als die ersten beiden Monate des diesjährigen Sommers und brachte, ohne daß die Bewölkung im Mittel eine starke zu nennen ist, ziemlich oft Niederschläge, deren Menge sich aber ungleich und nicht in normaler Weise über das Land verteilte. Warme Tage brachten nur die zweite Hälfte der zweiten und der Anfang der dritten Dekade, doch erreichte in Zürich z. B. nur ein einziger Tag, der 20., ein Tagesmittel von 20°, während es im Juli 18 solcher Tage waren. Gleich nach Beginn des Monats machten sich nördliche Depressionen geltend. Schon am 2. stellte sich Trübung und mit dem 4. regnerisches Wetter und sinkende Temperatur ein. Am Abend des 7. breitete sich Gewitterregen über das ganze Land aus, wobei in der Zentralschweiz strichweise verheerender Hagelschlag auftrat. Mit dem 12. trat unter dem Regime einer von Westen her eingetretenen Hochdruckzone Aufheiterung ein. Es folgten bei leichter Bise einige heitere, trockene, mäßig warme Tage. Der ostwärts abziehenden Hochdruckzone folgte jedoch bereits am 20. eine Depression von Westen, die sich bald über die ganze Westhälfte des Erdteils erstreckte. Eine mehrtägige Regenperiode wurde am Nachmittag durch ein ausgedehntes, in der Nordschweiz strichweise von Hagelschlag begleitetes Gewitter eingeleitet. Sehr beträchtlich waren die Niederschläge am 23. und 24. in einem großen Teile des Kantons Graubünden, sowie im Tessin. Besonders im südwestlichen Teil des letzteren entluden sich in diesen Tagen, bedingt durch den permanenten Zufluß feucht warmer Luftmassen aus Südosten, wahrhaft sündflutartige Regengüsse aus den Wolken eines mehr als 20 Stunden anhaltenen stehenden Gewitters. Hochwasser traten im Gebiet des Vorderrheins sowie der Maggia auf, richteten namentlich im letzteren beträchti-

Digitized by Google

lichen Schaden an. Am 25. und 26. heiterte es etwas auf, aber am 27. erfolgten unter dem Einfluß von im Alpengebiet auftretenden, sekundären Depressionen neue Regengüsse, die wieder im Tessin besonders heftig auftraten und zusammen mit denjenigen der Vortage an die verhängnisvollen Regenmengen vom Herbst 1868 erinnerten. Daß ähnliche Katastrophen wie damals ausblieben, verdanken wir hauptsächlich den inzwischen ausgeführten Flußkorrektionen. Die letzten Monatstage waren infolge einer von Nordwesten her eingetretenen Hochdruckzone trocken und heiter. In einem großen Teil der Nordostschweiz erreicht die Niederschlagsmenge nicht den normalen Betrag, während sie im Tessin stellenweise das drei- bis vierfache desselben aufweist. Die Bewölkungsverhältnisse waren, wie oben bemerkt, nicht ungünstig, doch blieb die Sonnenscheindauer etwas hinter der durchschnittlichen des August zurück.

Schweiz. Meteorolog. Zentralanstalt.

Th. Schröter, Verlag, in Zürich und Leipzig

Schweizer Reise- und Kur-Almanach

von **Dr. Hans Lötscher.**

13. Auflage. 1900. Elegant gebunden Fr. 5.—

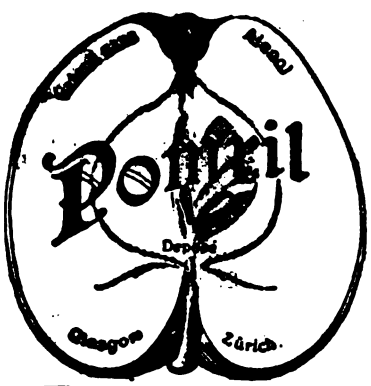
Für Aerzte und Kurgäste ist dieser Almanach ein unentbehrliches Auskunftsbuch, das über die klimatologischen Verhältnisse informiert und die Heilwirkungen jedes Kurortes der Schweiz eingehend behandelt.

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen sowie durch 2881

Th. Schröter, Sortiment, Zürich.

POMRIL,

ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.



Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velocipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.
Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.

Man erteile Probeaufträge an die 1950

POMRIL LIMITED Zürich

oder deren Dépôts.

Digitized by Google

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Kuranstalten Affoltern a. A.

Kurarzt: Herr Dr. J. J. Egli, Pfarrer.

Kaltwasserbehandlung mit Luft- und Sonnenbädern.

Unsere seit 10 Jahren bestehende Anstalt zur **„Arche"** und das vor zwei Jahren neuerbaute Etablissement **„Lilienberg"**, 604 m. ü. M., am Waldessaum gelegen, sind mit dem 30. April d. J. eröffnet. Prospekte durch 196 **Die Verwaltung.**

Anstalt ‚Philadelphia' Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— **Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —**
— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 88 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Für kurze Zeit ist in meinem
Sanitätsgeschäft
Limmatquai 96 in Zürich
ausgestellt: 50G

Krankenbett

mit Einrichtung zum Heben des Patienten ohne ihn zu berühren. Verstellbar für jede Lagerung: liegend, halbliegend, sitzend, hochsitzend, tiefsitzend.

Zu gefl. Besichtigung ladet höfl. ein

A. Geering-Beck
Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz"
Zürich und Winterthur.

Das beste

Abführmittel

ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiiert mit den höchsten Auszeichnungen.

Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90G

Wie erhält man die Wohnung gesund?

Einige Winke für die häusliche Gesundheitspflege

Von Dr. med. G. Custer

Preis: geh. 60 Cts.

Die Frage wird für den Winter wieder eine wichtige. Besonders für den jungen Hausstand giebt es kaum einen besseren Ratgeber. 5845

Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Sodor

Kleinster Limonadenapparat der Welt

Goldene Medaille
Weltausstellung Paris 1900

Ueberall zu haben.

Sodorfabrik Zürich.

Digitized by Google

HYGIAMA

Leichtverdauliches Nährpräparat mit 22% Eiweiss. — Hergestellt aus Milch, Malz, Weizenmehl, Zucker und Cacao. Zur Durchführung von Milchkuren besonders geeignet.
300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3.50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 23
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Heilstätte für Trinkerinnen

Frauen und Töchter, die an Trunksucht leiden, finden freundl. Aufnahme in der

Heilstätte Blumenau Stay (Tössthal) Kt. Zürich 47G

Hausarzt: Herr **Dr. Spörri.** (H4369Z) **Simeon Diener,** Hausvater.

Hotel und Pensien Johannesburg

bei Lachen am Zürichsee.

Gesellschaftssäle. Restauration. Feine Küche und reelle Weine. Bäder im Hause. Schattige Anlagen. Telephon. Mässige Preise.
Empfiehlt bestens 20G **Frau Lina Meier.**

Rigi-Klösterli 34G Hôtel Schwert

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Rüttihubelbad im Emmenthal,

Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn.
736 m ü. M.

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 88
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.
Eig. **Niklaus Schüpbach.**

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI

1850 m ü. M. G 80

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.
Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

Druckarbeiten

aller Art, Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe u. Karten, Trauer- und Danksagungsanzeigen etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die

Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich

MAGGI'S Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten, Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Unentbehrlich

für Spitäler, Krankenanstalten wie auch für Haushaltungen! 18G

Eis-Schränke

Anerkannt zweckmäss. System u. solidestes Fabrikat, empfiehlt in jeder gewünschten Grösse die

Eisschrankfabrik
Ernst Schneider & Co.
Lagerstr. 55. **Zürich III.** Eisgasse
Erstes und grösstes Geschäft dieser Art in der Schweiz.
Illustr. Preislisten zu Diensten.

Dr. Lahmann's

Nährsalz-Cacao
Nährsalz-Chocolade
Nährsalz-Haferbiscuits
Nährsalz-Extrakt
Pflanzenmilch
Japan-Soya
für Wiederverkäufer Fabrikpreise
ferner diverse
Hafer-Cacao's
Chocoladen-Pulver
Milch-Chocolade
Fleisch-Pepton
Fleisch-Extrakte
Tropon
Tropon-Chocolade
Tropon-Zwieback
(auch für Zuckerkranke)
empfiehlt bestens 15G
C. Eggerling, Zürich
Delikatessen u. Kolonialwaren
Münstergasse 7.
Telephon.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. Oktober 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 19

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Zur Verhütung der ansteckenden Geschlechtskrankheiten. — Mietskaserne oder Eigenhaus für Fabrikarbeiter. — Zur Förderung des Gemeindegesundheitswesens. — Das Fleischpulver „Somatose". — Giftstoffe des Tabakrauches. — Bedeutung der Bakteriologie für Gesundheitspflege und tägliches Leben. — Neue Litteratur. — Inserate.

Zur Verhütung der ansteckenden Geschlechtskrankheiten.

In der „Neuen Zürcher Zeitung" war kürzlich eine Korrespondenz aus Wien zu lesen, daß zwanzig hervorragende Gelehrte an deutschen, österreichischen und schweizerischen Universitäten einen Sittlichkeitsaufruf an die studierende Jugend unterzeichnet hätten, welcher im Abdruck allen Hörern der Wiener Hochschule eingehändigt worden sei. In Zürich war er von dem Büreau der Universität nicht erhältlich. Wir haben uns dann das Schriftstück durch die Kanzlei der Wiener Hochschule verschafft und nehmen durchaus keinen Anstand, den zeitgemäßen, eindringlichen Mahnruf auch an dieser Stelle zu veröffentlichen. Es unterliegt ja keinem Zweifel, daß in der Verhütung der vermeidbaren ansteckenden Geschlechtskrankheiten noch viel mehr geschehen sollte als bisher und daß namentlich durch Belehrung über die oft schwere Bedeutung jener Uebel und über die großen Gesundheitsgefahren der landläufigen Unsittlichkeit im Geschlechtsverkehr weitern Kreisen die Augen geöffnet werden müssen. Herrscht doch darin noch ein beklagenswerter Leichtsinn. Für diese Aufklärung eignet sich besonders die ältere Jugend, wobei wir aber nachdrücklich betonen, daß auch noch andere Schichten derselben wie z. B. diejenige des Kaufmannsstandes, schon die Lehrlinge, der Warnung vor der landläufigen Frivolität und Unbedachtsamkeit bezüglich geschlechtlicher Ausschweifungen und Ansteckungen mindestens ebenso sehr bedürfen, wie die akademische. Mit der leider noch so verbreiteten Geringschätzung der „Jugendsünden" muß unbedingt gebrochen, sittlicher Ernst und keusche Lebensweise in allen Klassen der männlichen Jungmannschaft zum guten Ton gemacht werden. Bei diesen guten Bestrebungen für moralische Lebensführung im gefährlichen Jünglingsalter, zu welcher nicht nur große Mäßigkeit im Genuß geistiger Getränke, sondern auch Enthaltsamkeit bezüglich außerehelichen intimen Geschlechtsumganges gehört, dürfen unpassende Prüderie und falsche Scheu vor öffentlicher Antastung eines praktisch sehr ernsten und wichtigen Gegenstandes der leiblichen und sittlichen Gesundheitspflege nicht von eindringlichen Mahnungen und wohlmeinenden Warnungen abhalten. Es ist sogar eine Pflicht, die Thatsachen weder zu verheimlichen noch zu verschleiern und die

Digitized by Google

Unwissenden oder Leichtsinnigen auf die möglichen schlimmen Folgen des Genusses verbotener und vergifteter Früchte angelegentlich aufmerksam zu machen. In diesem Sinne wünschen wir, zur Zeit der Korruption von guten Begriffen und der Ausgeburten betreffend „freie" Liebe, dem nachfolgend wiedergegebenen Sittlichkeitsaufruf an die männliche Jugend nicht nur große Verbreitung und gehörige Wirkung unter den Gebildeten und Studirenden, sondern unter den jungen Leuten aller, auch der schlichtesten Klassen, damit auch bei ihnen zurückkehren mögen die gute alte Sittenreinheit und Sitteneinfalt in der gährenden vorehelichen Lebensperiode. Denn selbst heute noch, bei größerer Freiheit des Individuums als früher, gelten die goldenen ernsten Worte, welche der ehrwürdige Hufeland, der Verfasser der allzusehr auf die Seite gestellten klassischen Räte über die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern, schon vor mehr als hundert Jahren über die hohe gesundheitliche Bedeutung der Enthaltsamkeit vom Genuß der physischen Liebe in der Jugend und außer der Ehe geschrieben hat. Mit hohem sittlichem Ernst rügt schon er den Unfug, daß junge Leute jetzt nicht bald genug sich der Keuschheitsbürde entledigen zu können glauben und man die lächerlichsten Einbildungen von dem Schaden habe, welchen die geschlechtliche Enthaltsamkeit verursachen könnte. Wir halten letztere für viel wichtiger und nötiger, als die neuerdings selbst in akademischen Jugendkreisen um sich greifende sentimentale Bewegung für die Enthaltsamkeit von allen geistigen Getränken, so daß sogar der fröhliche Bruder Studio es nicht mehr wagen dürfen soll, ohne lächerliche Furcht vor Alkohol-Vergiftung, sich auch nur einen einzigen Topf schäumenden Gambrinusbräus zu leisten. Das sind denn doch weibisch-hysterische Uebertreibungen. In Sachen strikter sexueller Abstinenz außerhalb des heiligen Kreises der Ehe kann es dagegen im Ernste auch unter aschgrauen Theoretikern zweierlei Meinungen unmöglich geben. Da muß man ganz die Entrüstung Hufelands teilen, wenn er sagt: „Die Tugend der Enthaltsamkeit, gewiß die größte Grundlage moralischer Festigkeit und Mannheit des Charakters, ist lächerlich geworden und als altmodische Pedanterie verschrieen .... Man hört jetzt viel von Kraft und Kraftmenschen sprechen. Ich glaube nichts davon, so lange ich nicht sehe, daß sie Kraft genug haben, Leidenschaften zu bekämpfen und enthaltsam zu sein; denn dies ist der Triumph, aber auch das einzige Zeichen der wahren Geisteskraft und dies die Schule, in der sich der Jüngling üben und zum starken Manne bilden sollte."

Nach diesen einleitenden Worten reproduzieren wir nun den oben erwähnten Sittlichkeitsaufruf, der nicht bloß auf den Studenten, sondern auf jeden ledigen jungen Mann, dem es um Gesundheit, Moral und Ehre zu thun, gemünzt ist:

Mit jedem Jahr wächst die Erkenntnis, daß die zunehmende Verbreitung der geschlechtlichen oder venerischen Erkrankungen für unser gesamtes Volk eine überaus ernste und dringliche Gefahr bedeutet. Nicht nur die Zahl der Ansteckungen zeigt eine erschreckende Steigerung; die genauere und bessere Erforschung der krankhaften Zustände hat uns auch die traurige Wahrheit enthüllt, daß die meisten dieser Leiden viel schwerer sind, für Gesundheit und Leben der Befallenen weit verhängnisvollere und dauerndere Folgen zu hinterlassen pflegen, als man vor wenigen Jahrzehnten noch wußte und vermuten konnte.

Als Aerzte, als Vertreter der Gesundheitslehre und als akademische Lehrer halten wir es daher für unsere Pflicht, dem Uebel nach Kräften zu steuern und unsere warnende Stimme zuerst an diejenigen Kreise zu richten, deren Wohl und Wehe uns am nächsten steht, an die Jugend unserer Hochschulen. Wir hoffen und sind gewiß, daß ein offenes Wort und eine freie Aussprache über die drohende Gefahr hier eine gute Stätte finden und dem schleichenden Gift manche kostbare Beute entreißen wird.

Zuvörderst müssen wir bemerken, daß die Verbreitung der geschlechtlichen Erkrankungen namentlich unter den Besuchern der großen Universität eine sehr erhebliche, eine weit höhere ist, als man dies nach der gesellschaftlichen Stellung und der sorgsamen Erziehung der Studierenden erwarten sollte. Sicherlich ist das eine Folge des ungebundenen und von jeder lästigen Fessel befreiten Lebens, das den Zwang der Schule ohne Uebergang ablöst. Aber wenn wir auch gewiß an diesem schönen Vorrecht der akademischen Jugend nicht rütteln wollen, wenn wir überzeugt sind, daß man immer Jünglinge wird wagen müssen, um selbständige und ganze Männer

Digitized by Google

zu gewinnen, so muß doch der Ruf nach strafferer Selbsucht gerade der größeren Versuchung gegenüber erhoben und darauf verwiesen werden, daß nach tausendfältigen Erfahrungen eine weise Zurückhaltung und Beschränkung im geschlechtlichen Verkehr ohne jeden Schaden für die geistige Entwicklung des heranwachsenden jungen Mannes beobachtet werden kann.

Als Geschlechtskrankheiten bezeichnet man im allgemeinen drei verschiedene Leiden.

Der weiche Schanker ist das verhältnismäßig ungefährlichste, da er nur mit örtlicher Geschwürbildung und ferner mit Vereiterung der Leistendrüsen einherzugehen pflegt. Freilich bedingt auch er im letzteren Falle nicht selten operative Eingriffe und ein wochenlanges Bettlager.

Am bekanntesten und gefürchtetsten ist die Syphilis, und in der That verdient diese Erkrankung, welche stets Jahre und oft Jahrzehnte im Körper haftet, die lebenswichtigsten Organe, insbesondere Gehirn und Rückenmark in Mitleidenschaft zieht und zerstört, die noch nach vielen Jahren auf andere Menschen übertragen, wie namentlich auf die Nachkommenschaft vererbt werden kann, aus allen diesen Gründen die nachdrücklichste Beachtung.

Aber nicht weniger unheilvoll ist der Tripper (Gonorrhoe). Noch jetzt ist freilich in weiten Kreisen der verhängnisvolle Irrtum verbreitet, daß „ein kleiner Tripper" ein ziemlich harmloses und nebensächliches Uebel sei. Die ärztlichen Forschungen der letzten Zeit haben uns indessen gelehrt, daß auch ein einfacher Tripper zu den schwersten und mannigfachsten örtlichen wie allgemeinen Nachkrankheiten Veranlassung geben und Folgen hervorrufen kann, an denen die Betroffenen ihr ganzes Leben hindurch zu tragen haben. Das gilt z. B. von zahlreichen Gelenk- und Herzleiden, die unter Umständen sogar den Tod herbeizuführen vermögen, das gilt in besonderem Maße von den traurigen Schatten, die der Tripper oft genug auf die spätere Ehe wirft. Einmal vernichtet schon das frische Uebel in seiner weiteren Ausdehnung zuweilen die Fähigkeit, Kinder zu erzeugen. Namentlich aber erweist sich der länger dauernde, der chronische Tripper hier als gefährlich. Ist es doch eine der hervorstechendsten Eigentümlichkeiten der Krankheit, sich mit hartnäckiger Zähigkeit in den einmal ergriffenen Teilen einzunisten und schließlich eine anscheinend gutartige, oft von ihrem Träger selbst kaum mehr bemerkte und beachtete Form anzunehmen, die trotzdem noch die alte Uebertragbarkeit, den ansteckenden Charakter der früheren Zeit besitzt. Nur die sorgfältigste Untersuchung durch einen sachverständigen Arzt vermag häufig diese geringen Spuren und Reste aufzudecken und zu beseitigen. In den weitaus meisten Fällen aber wird von diesem Mittel kein Gebrauch gemacht. Der Tripper gilt als geheilt, wenn er keine augenfälligen Beschwerden und Erscheinungen mehr hervorruft, und zahlreiche junge Männer treten, von diesem Wahne befangen, schließlich auch in die Ehe. Die unheilbringenden Folgen machen sich dann alsbald bemerkbar: Die ahnungslosen und schuldlosen Gattinnen fallen der Ansteckung zum Opfer, die gerade im Körper des Weibes besonders schwere Verwüstungen anzurichten pflegt. Das vielgestaltige Heer der sogenannten Frauenkrankheiten ist nach dem Zeugnis der ersten Fachvertreter zum großen Teile auf diese Ursache zurückzuführen, und namentlich entspringt die Unfruchtbarkeit der Frauen ungemein häufig gerade der hier angedeuteten Quelle: fast die Hälfte aller kinderlosen Ehen soll in einem früheren Tripper des Mannes ihre Veranlassung haben.

Wir haben uns in dieser kurzen Schilderung der Gefahren, mit denen die geschlechtlichen Erkrankungen verknüpft sind, von jeder Uebertreibung ferngehalten, und nicht etwa durch das Gespenst unnötiger Furcht zu wirken gesucht, sondern nur Dinge in ihrer wahren Gestalt gezeigt, die freilich nicht mit dem Auge des Leichtsinns und der Gleichgiltigkeit angesehen werden dürfen. Aber wir hoffen, daß unsere Worte doch dazu beitragen werden, manchen unter Euch vor Schuld und Unglück zu behüten. Verzichtet also vor allen Dingen auf den geschlechtlichen Verkehr, im ausschweifenden Sinne des Wortes. Unter den weiblichen Personen, die der freien Liebe zugänglich, ist thatsächlich die große Mehrzahl venerisch krank, mögen sie die Unzucht nur gelegentlich und heimlich oder unter der Aufsicht der Polizei, als „eingeschriebene" Dirnen, treiben, denn auch bei den letzteren gibt die ärztliche

Digitized by Google

Untersuchung in der heute meist geübten Form nicht die geringste Gewähr gegen die Ansteckung. Auch unter den vielen sonst empfohlenen Schutzmitteln bieten nur wenige eine gewisse Sicherheit, und so muß jeder, der dem außerehelichen Geschlechtsgenusse huldigt, mit der Möglichkeit, ja mit der Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung rechnen. Wer aber von diesem Schicksal ereilt wird, der suche zu retten, was zu retten ist. Er begebe sich alsbald in sachverständige ärztliche Behandlung; er begnüge sich nicht mit dem quacksalberischen Rat angeblich „erfahrener" Freunde, er werfe sich nicht den Pfuschern oder den verdächtigen Heilkünstlern in die Arme, die „Auswärtige brieflich heilen" wollen, sondern er vertraue sich einem zuverlässigen Arzte an oder wende sich an die studentischen Krankenkassen, die an den meisten Hochschulen bestehen und eine sorgsame Behandlung sichern. So wird es in vielen Fällen gelingen, das Uebel zu heilen und die Gesundheit wieder herzustellen. Bis dieses Ziel aber erreicht, muß jeder geschlechtliche Verkehr durchaus unterbleiben. So selbstverständlich das klingt, so nötig erscheint es doch, diese Pflicht ausdrücklich hervorzuheben. Wer gegen sie verstößt, macht sich sogar vor dem Gesetz, aber sicherlich vor seinem Gewissen einer fahrlässigen oder selbst vorsätzlichen Körperverletzung und namentlich einer im hohen Maße ehrlosen Handlung schuldig.

Wir haben nur als Aerzte und Vertreter der Gesundheitspflege zu Euch gesprochen und die Gebote der Moral, so berechtigt sie auch erscheinen, völlig beiseite gelassen. Aber es sei doch bemerkt, daß kaum an einem anderen Punkte sich zu den Schäden des Körpers so oft und so leicht solche des Charakters, der ganzen Denk- und Sinnesart gesellen wie gerade hier. Darum hütet Euch und widersteht der Versuchung, indem Ihr zuletzt, aber nicht am wenigsten, auch der Forderungen eingedenk seid, die Euer Vaterland an Euch richtet. Ihr seid die edelste und kostbarste Jugendblüte der Nation, des Staates, auf Euch beruht die Hoffnung der Zukunft.

Mietskaserne oder Eigenhaus für Fabrikarbeiter?

Dr. Kley hat eine sozialpolitische Reiseskizze unter dem Titel: „Bei Krupp" (dem bekannten Kanonenkönig) veröffentlicht, in welcher er auch die vielumstrittene Gesundheitsfrage: „Mietskaserne oder Eigenhaus für Fabrikarbeiter?" behandelt. Der Großfabrikant Krupp, der über eine ganze Arbeiterstadt mit einem stattlichen Arbeiterheer verfügt, erklärte nach seinen Erfahrungen, daß es im allgemeinen und wo nicht ungewöhnlich wohlfeiler Baugrund zu haben, verfehlt ist, die Arbeiter in weiter Entfernung von der Arbeitsstätte anzusiedeln und durch besondere Verkehrsanstalten für die Verbindung von Wohnort und Fabrik zu sorgen, und daß ebenso das Cottagesystem, das Eigenhaus für den Arbeiter seinen Zweck verfehlt. Es haben sich bei diesem System besonders zwei Uebelstände herausgestellt. Entweder der Mann, der das Haus erworben hat, kann und mag es nicht halten und verkauft es an einen Spekulanten, Kneipwirt u. s. f. und die ganze Kolonie geht mit der Zeit in die Hände von Leuten über, die auf die Verhältnisse der Arbeiterschaft verderblich einwirken. Oder der Mann behauptet sich zwar, will aber einen möglichst hohen Gewinn aus seinem Eigentum herausschlagen, nimmt ungebührlich viel Mieter auf, verunstaltet, um recht viele unterbringen zu können, das Haus durch An- und Einbauten, vernachlässigt die Hygiene und bald wohnt alles so elend und elender als in großstädtischen Privatmiethäusern. Krupp bleibt also bei der Mietskaserne und führt in dieser durch besondere Beamte eine so strenge Aufsicht, daß sich seine Arbeiter in ihren Wohnungen eines Grades von Reinlichkeit, Gesundheit, Ordnung und Behagen erfreuen, der selbst den meisten selbständigen Arbeitern unerreichbar ist. Damit verbindet sich eine — obligatorische — Hygiene der gesamten Lebens- und Haushaltung: Veranstaltungen zur Reinlichkeit, zur Erholung, zum Selbstunterricht, zur Aufziehung des Nachwuchses u. s. w. Die ledigen Arbeiter in Krupp's „Menage" bekommen alle drei Wochen reine Bettwäsche, während sonst mancher Handwerksgesell und Lehrling in kohlschwarzen Betten oder ganz ohne Bett schlafen muß. Wenn sich bei Krupp ein Arbeiter einer groben Schmutzerei schuldig

Digitized by Google

machen wollte, würde er hinausfliegen, während anderwärts viele Arbeiter Schmutzfinken sein müssen, wenn sie nicht hinausfliegen wollen; man denke an die Schmutzwirtschaft der Bäckereien, in den Schlafstätten der Gesellen! In Krupp's Gruben sind die Badeeinrichtungen so ausgiebig eingerichtet, daß der Arbeiter von dort jeden Tag vollkommen gereinigt in reiner Wäsche und reinen Kleidern nach Hause geht und nicht Gefahr läuft, sich zu erkälten.

In Nr. 8 des Korrespondenzblattes der ärztlichen Vereine in Sachsen wird bei dieser Gelegenheit bemerkt, im sächsischen Landes-Medizinal-Kollegium sei die Anzeigepflicht bei der Tuberkulose auch damit zu begründen versucht worden, daß man das Volk durch polizeiliche Zwangsmaßregeln zur Reinlichkeit erziehen müsse. Dagegen wird eingewendet: Polizeistrafen für unterlassene Anzeigen und Nachlässigkeiten und nachträgliche Beseitigung der Unsauberkeit werden das Volk aber nicht erziehen und zur freiwilligen Einhaltung gesundheitlicher Sauberkeit in der Wohnung u. s. w. gewöhnen; dazu gehört mehr, nämlich die Herstellung gesunder billiger Wohnhäuser und deren ständige wirtschaftliche Beaufsichtigung. Daß es durch eine solche positive soziale Arbeit gelingt, das handarbeitende Volk zur Ordnung und Reinlichkeit zu erziehen, das zeigt das Krupp'sche Beispiel, wie es auch das Vorbild der gemeinnützigen Baugesellschaften lehrt.

Es ist zu hoffen, heißt es am zitierten Orte, daß Staat und Gemeinde, welche diese Aufgaben jetzt noch Privatunternehmern überlassen, bald zu der Einsicht gelangen, daß es auch ihre Aufgabe ist, auf diesem für die Wohlfahrt des Volkes so überaus wichtigen Gebiet dem freien Spiel der wirtschaftlichen Kräfte und der unbeschränkten Konkurrenz der kapitalistischen Spekulation das Feld nicht gänzlich zu überlassen, sondern selbst mit positiven Einrichtungen — nicht bloß mit polizeilichen Verboten — hilfreich einzugreifen, eine Ansicht, der vollkommen beigepflichtet werden muß.

Zur Förderung des Gemeindegesundheitswesens.

In Belgien sind laut den Berichten der Gesundheitskommissionen in den Provinzen die Gesundheitsverhältnisse mancher Gemeinden noch gar nicht glänzend und stehen in jenem Lande ähnliche Uebelstände gewisser örtlicher Einrichtungen der Förderung des Volksgesundheitswesens entgegen, wie bei uns. So wird — partout comme chez nous — auch darüber Klage geführt, daß das Wirken einzelner Gemeindebehörden für Hebung der Volksgesundheit deshalb unzulänglich bleibe, weil sie die größere Belastung der Gemeindekasse für Ausgaben betreffend fortschrittliche Gesundheitseinrichtungen scheuen, eine Sparsamkeit am falschen Orte, die auch in vielen schweizerischen Ortschaften, zumal ländlichen, Bestrebungen für sanitarische Verbesserungen lahm legt. Es werden nun vom obersten Gesundheitsrat in Belgien einige Vorschläge zur Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege gemacht, die gleichfalls für unsere einheimischen Verhältnisse empfehlenswert wären:

1) Einrichtung von Unterrichtskursen über die Berufspflichten der Hebammen auch mit Rücksicht auf die Gesundheitspflege der 1. Kindheit, besonders über die Ernährung der Neugeborenen, deren Unzulänglichkeit noch so viele vermeidbare Erkrankungen und Todesfälle der Säuglinge erzeugt.

2) Eine ärztliche Ueberwachung der Schulen (mit besonderer Berücksichtigung der Augengesundheitspflege).

3) Impfzwang mit Verpflichtung zur Wiederimpfung (im Kanton Solothurn wurde bekanntlich vor nicht langer Zeit eine Volksinitiative angestrebt, um dort den zum Schutze der Volksgesundheit gegen die Pocken gesetzlich noch bestehenden Impfzwang abzuschaffen. So wird, wenn in immer mehr Kantonen die volle persönliche Freiheit mit Bezug auf Impfung wieder hergestellt ist, die Schweiz in Zukunft zu einem Pockenansteckungsherd gestempelt, zum großen volksgesundheitlichen und volkswirtschaftlichen Schaden).

4) Die Anstellung von Sanitätsinspektoren (nach dem Muster von England), welche alle Uebertretungen von Gesundheitsgesetzen und -Verordnungen zur behördlichen Anzeige bringen und die Regierung über die Maßnahmen zur Beseitigung solcher Uebelstände verständigen. (Gesundheitsinspektoren wären auch bei uns

Digitized by Google

so gut notwendig und nützlich wie Fabrik- und Schulinspektoren; sie könnten zur Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustandes viel beitragen).

5) Gesundheitliche Ueberwachung der Arbeitshäuser und Neubauten (ein sanitarisch ungemein belangreiches Gebiet).

6) Die Ermächtigung des obersten Gesundheitsrates, in solchen Ortschaften, welche sich in Sachen der öffentlichen Gesundheitspflege noch lässig zeigen, die Ausführung der erforderlichen gesundheitlichen Maßnahmen selbst in die Hand zu nehmen.

Auch in Belgien wird, wie das für unsere Verhältnisse leider ebenfalls paßt, darüber geklagt, daß der Alkoholismus auch unter der Landbevölkerung, welche man sonst als Beispiel für gesundheitsgemäßes Leben hinzustellen beliebt, seine Opfer fordere. Was aber gegen seinen verderblichen Einfluß gethan worden, wird nicht mitgeteilt. Bei uns muß für die Mäßigkeitsbewegung auch auf dem Lande noch weit mehr geschehen, als bis jetzt. Für die bereits zu Gewohnheitstrinkern gewordenen Schwächlinge müssen Rettungsmaßregeln in Form der Enthaltsamkeitsverpflichtungen (durch Aerzte, Geistliche, Lehrer) und der Eintritt in die für viele unentbehrlichen Abstinenzvereine geschaffen werden. Die individuelle Trinkerheilung ist überall, auf gutwilligem Wege oder zwangsweise, auch in unseren Landgegenden zu organisieren. Durch diesen rechzeitig begonnenen Feldzug kann viel Volksgesundheit und Volksglück vor Schaden und Untergang bewahrt bleiben. Wir werden damit auch die Zahl der Verbrechen und Zuchthäusler vermindern.

Das Fleischpulver „Somatose."

Mit Riesenschritten ist in dem zur Neige gehenden Jahrhundert die industrielle und maschinelle Technik vorwärts gegangen, insonderheit auch im häuslichen und öffentlichen Wirtschaftsleben. Am innigsten und in volksgesundheitlicher Beziehung bedeutsamsten aber ist jetzt mit den täglichen Lebensbedürfnissen die Chemie, die modernste der Wissenschaften, verknüpft. Namentlich ist sie bemüht, auch für die leidende Menschheit zu sorgen, nicht nur dadurch, daß sie aus den vorhandenen Rohprodukten die wirksamen Heilstoffe herausschält, sondern auch, daß sie durch gründliches Studium der Stoffwechselvorgänge, besonders durch Aufklärung über die hervorragende Bedeutung des Eiweißes in unserer täglichen Nahrung, den Anstoß zur Darstellung der diätetischen Mittel, namentlich der künstlichen Eiweißpräparate gegeben hat. Es würde zu weit führen, alle einzelnen Präparate hier durchzusprechen und sei nur in Kürze auf eines der wirksamsten Eiweißpräparate, die allbekannte Somatose, hingewiesen. Auch sie kann als lösliches und leicht ins Blut überführbares Kräftigungsmittel in vollendeter Form mit zu den Errungenschaften des 19. Jahrhunderts gerechnet werden.

Die Somatose ist ein Diät- und Heilmittel im volkstümlichen Sinne des Wortes, insofern als sie auch bei der schwächlichsten Verdauung direkt dem Blut Stoffe zuführt, die zur kräftigen Ernährung eines heruntergekommenen Körpers beitragen. Ueberall, wo Entkräftung und langes Siechtum eine Ueberernährung verlangen, die sich bei Darreichung gewöhnlicher Kost den Launen eines kranken schwächlichen Magens nicht immer anpassen würde, bei allen mit Körperverfall einhergehenden Leiden, wirkt die Samatose, laut Aussage zahlreicher Aerzte, ganz ausgezeichnet. Zwei Eigenschaften insbesondere sind es, welche dieses aus Fleisch hergestellte Kraftpulver mit seinem beträchtlichen Gehalt an natürlichen Nährsalzen über alle andere hoch erheben und es zum Ideale aller künstlichen Nährpräparate stempelt, einmal seine Geruch- und Geschmacklosigkeit und ferner die Fähigkeit, die natürliche Magensaftproduktion zu erhöhen, wodurch es schon in kleinen Dosen in kurzer Zeit den Appetit anregt, oft sogar einen förmlichen Heißhunger hervorruft. So hilft denn die Somatose über jene kritischen Stadien einer Krankheit hinweg, welche mit einem vollkommenen Darniederliegen des Appetits und der Kräfte einhergehen, sie befördert den Fleischansatz, verbessert das Blut und regt die Körperverrichtungen zu erhöhter Thätigkeit an.

Ob es der Chemie nach Berthelots, des geistvollen Forschers, Meinung noch dereinst gelingen wird, eine vollständige Mahlzeit

Digitized by Google

konzentriert in eine kleine „Nährpille" zu zwingen? Der erste Schritt zum mindesten für Lösung dieses Problems ist, wie aus dem eben Gesagten hervorgeht, bereits getan. Auch hier, wie auf allen übrigen Gebieten, tritt uns das Bestreben entgegen, die scharfsinnigen Beobachtungen und Entdeckungen unserer Forscher, die gesammten Fortschritte der Wissenschaft in den Dienst des täglichen Lebens zu stellen. — Wer die „Somatose" gebraucht, der wird sich von ihrer Nährkraft alsbald überzeugen und dieses volkstümliche Nährmittel vor anderen empfehlen.

Bayer & Co.

Giftstoffe des Tabakrauches.

Die Rauchprodukte des Tabaks untersuchte Thoms und fand darin Giftstoffe wie Nikotin, Pyridin, sowie ein eigentümliches ätherisches Brenzöl, außerdem in sehr geringen Mengen Blausäure und Kohlenoxyd. Von dem in den Tabakrauch gelangenden Nikotin bleiben etwa 75% als solches erhalten, während 25% zersetzt werden; aber nicht der gesamte Nikotingehalt geht in den Rauch über, da ein großer Teil desselben im sogenannten Stummel sich ablagert, so daß dieser Rest schließlich das 3—4fache der in ihm ursprünglich vorhandenen Mengen Nikotin aufgespeichert hat. Da die Schädlichkeit des Tabaks von verschiedenen Seiten auf das Nikotin zurückgeführt wird, so bringen einige Firmen Zigarren in den Handel, deren Nikotingehalt nicht vermindert, aber doch unschädlich gemacht sein soll. Thoms untersuchte zwei Sorten Zigarren von der Firma Wendt in Bremen, bei denen die „Konservierung des Nikotins" durch eigentümliche Behandlung erreicht sein soll. Er fand nun im Tabakrauch von 15 Stück der Wendt'schen „Patentzigarre" 0,26 Gramm Nikotin als solches wieder; die ganzen Zigarren hatten 0,476 Gramm Nikotin enthalten, davon waren 0,142 Gramm in den Stummeln zurückgehalten worden, so daß von dem in den Rauch gelangenden Nikotin 77,5% unzersetzt geblieben waren — ein Verhältnis, wie es Thoms annähernd auch beim Versuchen anderer Zigarren festgestellt hatte. Daraus ergibt sich der Wert der „Patentzigarren" von selbst.

Wahl suchte den Gehalt des Tabakrauches an dem sehr giftigen Kohlenoxyd zu bestimmen und fand je nach der Versuchsanordnung

im Tabakrauch 0,6—2,7 % Kohlenoxyd,
im Zigarrenrauch 1,0—7,6 „ „

Selbstversuche in einem kleinen Raume, in dem 12 bis 15 Zigarren von Wahl teils selbst, teils künstlich verraucht wurden, ergaben, daß bei etwa vierstündigem Aufenthalt in einer derartigen, die Augen heftig reizenden Atmosphäre, die einen Gehalt von etwa 0,02% Kohlenoxyd hatte, Vergiftungszeichen irgend welcher Art sich nicht zeigten, obwohl, wie aus den Blutuntersuchungen an Kaninchen hervorgeht, die gleichzeitig mit Wahl in dem betreffenden Raum sich aufhielten, Kohlenoxyd in das Blut aufgenommen wurde. „Vom gesundheitlichen Standpunkte aus kann man mithin, was den Kohlenoxydgehalt des Tabakrauches angeht, von einer Schädlichkeit des Rauches unter den gewöhnlichen Verhältnissen nicht wohl reden. Wie sich die Sache gestaltet, wenn die kleine Menge Kohlenoxyd, die von rauchenden Menschen unzweifelhaft eingeatmet wird, unausgesetzt zur Aufnahme gelangt, müßte weiter untersucht werden."

Bedeutung der Bakteriologie für Krankenpflege und tägliches Leben.

In einem anregenden Artikel der hygienischen Rundschau betont Dr. Jäger, daß die theoretische Hygiene — die Gesundheitslehre — einen gewissen Grad der Popularisierung bedarf, um zur praktischen Hygiene — zur Gesundheitspflege — zu werden. Mit theoretischen Vorträgen und Vorlesungen allein ist es aber nicht gethan. So hat denn Jäger an einen Ausbildungskurs für Krankenpflegerinnen einen bakteriologischen Kurs mit Demonstrationen und praktischen Uebungen angeschlossen, indem er von dem Gesichtspunkte ausging: „auf die Lehre von den Lebensbedingungen der Infektionsstoffe und einen in diesem Sinne populär gestalteten An-

Digitized by Google

schauungsunterricht muß die Ausbildung der Krankenpflegerin gestellt werden, wollen wir anders ein denkendes und aus dem Denken heraus handelndes Pflegepersonal gewinnen an Stelle eines zu gedankenlosen Zwangsbewegungen abgerichteten."

Die enorme Vermehrungsfähigkeit der Mikroorganismen, der Ansteckungskeime, ihre Widerstandsfähigkeit gegen chemische Desinfektionsmittel, gegen Licht, trockene und feuchte Hitze, namentlich aber gegen Eintrocknen, ihre lange Lebensdauer im Staube und die sich hieraus ergebende Möglichkeit von Berührungs- und Luftinfektionen (Uebertragungen) werden durch Kulturexperimente mit farbstoffbildenden Bakterien demonstriert. Das Mikroskop wurde nur zu Demonstrationen benutzt, auf die mikroskopische Technik nicht eingegangen. Im Anschluß an die Laboratoriumsapparate führte der Kursleiter die Dampfinfektionsanstalt für die Entgiftung von Mobiliar und Effekten der Krankenzimmer von ansteckenden Patienten im Betriebe vor. Sodann zeigte er die Desinfektion eines Krankenzimmers selber. Bei der Reinigung des Zimmers wurde über den Besen zum Abhalten des Staubes auf einem leichten Drahtgestell ein feuchtes Tuch gehängt. Bei dem Kapitel der Desinfektion mittelst Chemikalien wurde exakt durch Versuche gezeigt, daß auch durch fünfprozentige, aber nicht durch schwächere Lösungen von Carbolsäure in einer Minute Seidenfäden mit Infektionskeimen soweit sterilisiert (keimfrei) waren, daß sie auf Gelatine nach Abspülen mit sterilem Wasser kein Wachstum ergaben, daß es also nicht genügt, eine beliebige Menge Carbolsäure zum Waschwasser zuzusetzen. Die Ansteckung durch Berührung mit mikroskopisch kleinen Pflanzenwesen wurde dadurch sehr anschaulich gemacht, daß einer Kursteilnehmerin ein ganz geringes Quantum einer Pilzkultur in die Hand gestrichen wurde, worauf dieselbe einer zweiten, diese einer dritten 2c. die Hand reichte, worauf dann alle über je eine Kartoffelscheibe mit der Hohlhand fuhren. Der betreffende Pilz kam auf allen zur Entwicklung. Das belehrte sehr anschaulich über die Gefahren der Unterlassung gehöriger Reinhaltung der Hände in der Krankenpflege überhaupt und in derjenigen von übertragbaren Krankheiten ganz speziell. Ferner wurde durch Aufdrücken der Hände auf Gelatineplatten vor und nach der Desinfektion diese Art häufiger Infektion veranschaulicht. Bei den Vorträgen wurden immer die Ausgangspforten der Ansteckungsstoffe aus dem Körper (Mund, Nase, Darm, Haut 2c.) berücksichtigt und betont, daß und wie man die Infektionsstoffe direkt beim Austritt aus dem Körper abfassen und vernichten kann (z. B. Auswurf Schwindsüchtiger, Diphteriekranker), wodurch mit der Zeit den notwendigen Uebeln: Absperrung und Wohnungsdesinfektion der größte Teil Arbeit abgenommen werden soll.

Bezüglich der weiteren Verbreitungswege der Infektionsstoffe wurden besonders die Nahrungsmittel und vor allem die Milch berücksichtigt. Durch Plattenkulturen wurde die schnelle Vermehrung von Cholera-, Typhus- und Diphteriepilzen in sterilisierter Milch gezeigt. Flüchtiges Aufkochen genügte nicht einmal zur Abtötung von Choleravibrionen, während in solchen Proben, welche zehn Minuten lang im Flügge'schen Milchkocher gekocht oder eine Stunde in Dampf sterilisiert wurden, die krank machenden (pathogenen) Keime vernichtet waren und die Proben überüberhaupt steril, pilzfrei blieben. Um Tuberkulosenübertragung mit Milch und Butter zu umgehen, wurde aus bis 70 Grad pasteurisierter oder bei 100 Grad sterilisierter Milch durch Zusatz von Trockenreinkulturen aus Milchsäurebakterien hygienisch einwandfreie Dickmilch und in einer kleinen Handbuttermaschine aus pasteurisiertem oder sterilisiertem Rahm sowohl süße als saure Butter hergestellt. Durch folgende einfache Kunstgriffe: 1. überfallende Deckel statt der üblichen fehlerhaften Formen; 2. Vermeiden des unnötigen Oeffnens der Gefäße; 3. Verwendung von Watteverschluß konnten eine Anzahl Speisen 6 bis sogar 16 Tage tadellos im Geschmacke erhalten werden. In einer feuchten Kammer (zylindrisches Glas mit Watteverschluß, auf dem Boden angefeuchtetes Torfmull) hielten sich frisch dem Garten entnommene Karotten, Petersilie, Spinat, Radieschen, Fliederblüten noch 10 Tage tadellos, während Kontrollen nach üblicher Art auf feuchtem Sand konserviert bereits nach zwei Tagen welk und unansehnlich waren.

Man kann somit dem Verfasser gewiß nur beistimmen, wenn er sagt: „Diese Erfahrungen dürfen beweisen, daß es eine dankbare Sache ist, die Nutzanwendungen der Bakteriologie noch etwas weiter zu ziehen, als es bisher geschehen ist." Möge sein Wunsch, daß auch die Vorstände anderer hygienischer Institute und Laboratorien denselben Weg ein-

Digitized by Google

schlagen wie der Verfasser, in Erfüllung gehen. In der Frau sieht er die Trägerin der praktischen Hygiene. Ohne einer Frauenemanzipation das Wort zu reden, verweist er die Frau vielmehr auf ihr ureigenstes Gebiet der Hausfrau und will ihr nur neue Wege weisen, indem er sie zu veranlassen sucht, die Fortschritte auf naturwissenschaftlichem Gebiet für ihre nächstliegenden praktischen Aufgaben auszugestalten und in den Dienst der Hygiene zu stellen.

Neue Litteratur.

Dr. med. Sommerfeld: Wie schütze ich mich gegen Tuberkulose? Berlin. Oskar Coblentz. 1900. 44 S.

Der Kampf gegen die verheerende Volkskrankheit Tuberkulose, besonders in deren verbreitetster Form als Lungenschwindsucht, wird heutzutage mit Recht immer ernster ins Auge gefaßt und mit allen möglichen Mitteln, staatlichen wie persönlichen, geführt. Zu letzteren gehört auch die Volksbelehrung über die Gefahren der Ansteckung mit dem Krankheitskeim und über die besten Waffen dagegen. Diesem Zwecke will auch die oben genannte Broschüre dienen. In volkstümlicher Darstellung wendet sich die Schrift an den Einzelnen. Der Verfasser zählt die sichersten Mittel auf, welche ein jeder, besonders aber der aus schwindsüchtiger Familie stammende, anwenden soll und kann, um sich gegen Erwerbung der mißlichen Krankheit zu schützen oder, wenn er bereits davon befallen, deren Weiterverbreitung zu verhüten.

Der weitschichtige Stoff wird in folgenden Kapiteln behandelt: 1) Verbreitung der Lungentuberkulose. 2) Ihre Ursache und ihr Wesen. 3) Verhütung (Schutz gegen Ansteckung mit Tuberkelbacillen, den Erregern der Krankheit). 4) Kräftigung der Gesundheit überhaupt und speziell als Schutz gegen die Erwerbung der Schwindsuchtsanlage. 5) Vorbeugungen in kranken Tagen. 6) Frühzeitige Bekämpfung der Tuberkulose. — In einem Anhang werden die bereits recht zahlreichen Lungenheilstätten übersichtlich zusammengestellt. Daraus sind die örtliche Lage, die Bettenzahl und die Höhe der Verpflegungskosten dieser Spezialspitäler ersichtlich, sowohl der durch Vereine und Versicherungsanstalten gegründeten als der von Privatpersonen errichteten und geführten. Die schweizerischen Lungensanatorien, deren doch schon eine ganze Anzahl existieren, wurden aber dabei leider nicht berücksichtigt.

Max Reimann: Zwanzig Jahre schwindsüchtig!! Volkstümliche Betrachtungen zur Heilung der Lungentuberkulose. Berlin W., bei Hermann Walther. 1900. S. 67.

Verfasser, selber schwindsüchtig gewesen, erzählt seine eigene Krankheitsgeschichte ausführlich und zieht aus seinem Selbsterlebten die Folgerungen für das Verhalten von Lungentuberkulösen überhaupt. Er geht dabei von der Ansicht aus, daß die Erfahrungen und Beobachtungen des Laien eine notwendige Ergänzung zu den theoretischen wie praktischen Erfahrungen des ärztlichen Fachmannes bilden. Er hofft aber, durch seine Schrift besonders auf die Laien einwirken zu können, auf die gesunden wie auf die kranken. Freilich sind nicht alle Lungenschwindsüchtigen, nachdem sie, wie der Verfasser, Blutstürze gehabt, so glücklich, sich in dem herrlichen Klima von Madeira dauernd niederzulassen, dort ein Geschäft zu gründen und sich bald zu verheiraten, was in seinen Verhältnissen allerdings weniger riskiert war, aber nicht jedem Schwindsüchtigen zu empfehlen ist.

Die Räte, welche Reimann nach seinen eigenen Erlebnissen gibt, stehen nach manchen Beziehungen im Widerspruch zu den landläufigen Maßregeln gegen Schwindsucht; in einzelnen Punkten muß man ihm jedoch beipflichten. Er bekämpft gewiß mit Recht auch die Neigung vieler Aerzte, dem Kranken eine beginnende Lungentuberkulose zu verheimlichen; er bezeichnet diese Taktik geradezu als gefährlich. Sehr zu unterstützen ist deshalb seine Forderung, der schon längere Zeit Hustende solle auf der Untersuchung seines Auswurfs auf Tuberkelbacillen bestehen. Eine solche wird der gewissenhafte Arzt übrigens von selber machen oder machen lassen. Dann sei es aber auch nötig, daß der Arzt Einem reinen Wein einschänke. „Die übliche Art, mit Bezeichnungen wie Lungenspitzenkatarrh ꝛc. den wahren Zustand dem Patienten zu verschleiern, entspringt an sich humanen Absichten, hat aber doch ihre großen Gefahren. Der Arzt nährt dadurch in dem Unwissenden

Digitized by Google

den Glauben, die Krankheit habe nichts auf sich und verhindert, daß der Kranke seine Heilung mit Ernst betreibt. Der Kranke darf vor allem nicht den Mut verlieren und sich dem Feind auf Gnade oder Ungnade ergeben."

Erfreulich ist es auch für den Arzt, wie energisch der denkende Verfasser mit Mißbräuchen ins Gericht geht, die in der Schwindsuchtsbehandlung noch jetzt im Schwunge sind. Er warnt vor Wunderkuren und vor brieflicher Behandlung; verpönt mit Recht den Mißbrauch mit den gegen die Schwindsucht wie Pilze neu aufschießenden angeblichen „Medikamenten", das Kreosot nicht ausgenommen. Als Kuriosität erzählt er, daß er einst bei einem Lungenkranken 28 verschiedene Arzneimittel zu gleicher Zeit im Gebrauch gesehen habe! (Der Arzt war ein Engländer).

Das Büchlein enthält ungemein viel Anregungen und gibt auch Aerzten manchen nicht zu verachtenden Wink für das Verhalten gegenüber den Schwindsüchtigen. Verfasser stellt seine zum Teil recht radikalen 10 Vorlagen am Schlusse in Fettdruck zusammen, wobei man ihm namentlich in folgenden Forderungen durchaus beistimmen muß: Besserung der sozialen Zustände; Einführung von Gesundheitsinspektoren; rationeller Schutz gegen die Verbreitung der Tuberkulose durch den Auswurf; Warnung vor der ungekochten Milch; Desinfektion der Sterbezimmer Schwindsüchtiger; öffentliche und private Belehrung über das Wesen und die Bekämpfung der Tuberkulose.

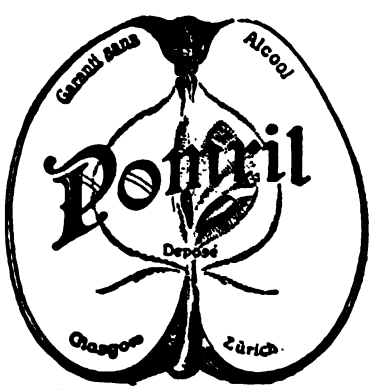
C.

Kaiser Friedrich Quelle
OFFENBACH A. MAIN.
„Cito, tuto, jucunde"
ist das allgemeine ärztliche Urtheil über die mit dem Natron-Lithion-Wasser unserer Quelle erzielten Heilwirkungen bei Behandlung des Harn-Apparates, von Steinleiden, Gicht, Rheumatismus sowie allen Störungen der Luft- und Verdauungswege.
Harnsäure lösende u. harntreibende Wirkung
Angenehmer milder Geschmack. ←
→ Vom schwächsten Magen vertragen.
Mit Kohlensäure verstärkt, unentbehrliches Tafelgetränk für Gichtleidende. — Literatur sowie Gratisproben gerne zur Verfügung Den Herren Aerzten berechnen wir Vorzugspreise
Erhältlich in den Mineralwasserhandlungen und Apotheken.

Verbandstoffe
aller Art, empfiehlt in Ia Qualität und zu billigsten Preisen 51G
A. Geering-Beck
Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz"
Zürich und Winterthur.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische Familien-Möbel, elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl.
Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.
P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation

POMRIL,
ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.



Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velocipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.
Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.
Man erteile Probeaufträge an die 1269
POMRIL LIMITED Zürich
oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

zeichnet sich aus durch minimalen Gehalt an Stärke, hohen Nährwert, Leichtverdaulichkeit, neutrale Reaktion, einfache Zubereitung, billigen Preis.
300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 27
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.
Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. — — Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 38 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am Zürichsee.

Druckarbeiten aller Art, Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe u. Karten, Trauer- und Danksagungsanzeigen etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die
Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich

Dr. Lahmann's

Nährsalz-Cacao
Nährsalz-Chocolade
Nährsalz-Haferbiscuits
Nährsalz-Extrakt
Pflanzenmilch
Japan-Soya
für Wiederverkäufer Fabrikpreise
ferner diverse
Hafer-Cacao's
Chocoladen-Pulver
Milch-Chocolade
Fleisch-Pepton
Fleisch-Extrakte
Tropon
Tropon-Chocolade
Tropon-Zwieback
(auch für Zuckerkranke)
empfiehlt bestens 15 G
C. Eggerling, Zürich
Delikatessen u. Kolonialwaren
Münstergasse 7.
Telephon.

Orell Füssli, Verlag, Zürich.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett Preis 75 Cts.
Die Fehlgeburt „ 75 „
Den Frauen gewidmet von Prof. Dr. **Spöndly**, Hebammenlehrer in Zürich. G41
Die Krankenernährung und Krankenküche v. A. Drexler. Diätischer Ratgeber. 90 Cts.
103 Rezepte Engl. Puddings u. Cakes f. die deutsche Küche. Von Anna Rieter.
2. Auflage Fr. 1.20
Vorrätig bei **Th. Schröter's**, Sortim. Zürich, Seidengasse 7.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

Hervorragendes Kräftigungsmittel

Eisen-Somatose (Somatose mit 2% Eisen in organ. Bindung) ärztl. empfohlen bei Bleichsucht. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.
Nur echt wenn in Originalpackung.

Digitized by Google

Ein gewaltiger Fortschritt auf dem Gebiete der
MUND- und ZAHNPFLEGE

Es desinfiziert und desodorisiert ausgezeichnet und konserviert die Zähne.
Stark erfrischender langanhaltender Wohlgeschmack. — Zahlreiche (Zag S. 800) Atteste erster ärztlicher Autoritäten. 53G
Flacon Fr. 1 50 lange Zeit ausreichend, ist in Apotheken, Droguerien u bessern Parfumerien erhältlich.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack u. verursacht keine Beschwerden. — Vielfach prämirt mit höchsten Auszeichnungen.
Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen.

Rigi-Klösterli 34G **Hôtel Schwert**

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Wie erhält man die Wohnung gesund?

Einige Winke für die häusliche Gesundheitspflege
Von Dr. med. G. Custer
Preis: geh. 60 Cts.

Die Frage wird für den Winter wieder eine wichtige. Besonders für den jungen Hausstand giebt es kaum einen besseren Ratgeber. 1845
Verlag von Th. Schröter, Zürich.

Heilstätte für Trinkerinnen

Frauen und Töchter, die an Trunksucht leiden, finden freundl. Aufnahme in der

Heilstätte Blumenau Steg (Tössthal) Kt. Zürich 47G

Hausarzt: Herr **Dr. Spörri.** (H4869Z) **Simeon Diener,** Hausvater.

Rüttihubelbad im Emmenthal, Station Walkringen, Burgdorf-Thun-Bahn.
736 m ü. M.

Geschützte Lage. — Vorzügliches Klima für Erholungsbedürftige.
Milch I. Ranges. Verpflegung sehr gut. G 33
Pensionspreis mit Zimmer Fr. 3.50—4.50.
Eig. **Niklaus Schüpbach.**

Weisflog-Bitter 54G

hebt den Appetit, fördert die Verdauung, hindert die Magenversäurung.
Altstetten-Zürich Dr. med. G. Weisflog's Witwe.

St. Moritz-Oberengadin

HOTEL STEFFANI
1850 m ü. M. G 30

Prachtvolle Lage. — Vorzügliche Küche.
Vorwiegend Schweizer und Deutsche Klientel.
Pensionspreise von Fr. 8.— an.
Der Besitzer: **O. Steffani-Stoppani.**

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
Für **15** Rp.

MAGGI'S Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
Für **20** Rp.

MAGGI'S Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso vorteilhaft für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. November 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 20

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt; Verhütung der Schwindsucht (Tuberkulose). — Medizinalschwindel. — Gesundheitszustand im Monat September. — Ueber das Davoser Klima. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats September 1900 in Zürich Verstorbenen. — Turnhallen auf dem Lande. — Witterung im August 1900. — Inserate.

Verhütung der Schwindsucht (Tuberkulose).

Vom deutschen Gesundheitsamt in Berlin ist zur Belehrung des Volkes über die leider so verbreitete Volkskrankheit Tuberkulose ein sogenanntes Tuberkulose-Merkblatt herausgegeben worden. Die Bekanntmachung desselben erscheint auch für unser Land, in welchem jener Seuche jedes Jahr ebenfalls Tausende von Personen zum Opfer fallen, angezeigt. Wir veröffentlichen daher das populäre Flugblatt auch an dieser Stelle. Es wäre zu wünschen, daß unsere Gesundheitsbehörden, Ortsgesundheitskommissionen ꝛc. sich die Massenausbreitung des Merkblattes, das im großen bezogen, auf einen überaus niedrigen Preis per Stück zu stehen kommt, (ungefähr 3—4 Rappen) in der ganzen Schweiz angelegen sein ließen. — Vom kaiserlich-deutschen Gesundheitsamt wäre zweifelsohne die Erlaubnis der Uebersetzung des Belehrungsmittels ins Französische und Italienische zu erlangen.

Der Inhalt des Merkblattes lautet:

a) Was ist Tuberkulose?

Die Tuberkulose ist die verderblichste aller übertragbaren Krankheiten. Sie befällt die verschiedensten Teile des Körpers, meist aber die Lungen; sie verschont kein Land, kein Lebensalter, keinen Beruf, keine Volksklasse. In Deutschland sterben daran jährlich über 100.000 Menschen, die Zahl der Kranken wird auf das zehnfache geschätzt. Jeder dritte, im Alter von 15 bis 60 Jahren sterbende Mensch erliegt der Tuberkulose.

Die Tuberkulose wird verursacht durch den von Robert Koch entdeckten Tuberkelbazillus, ein winziges, nur bei sehr starker Vergrößung sichtbares Lebewesen niederster Art, welches am besten bei Blutwärme (etwa 37 Grad Celsius) gedeiht und sich im Innern des Körpers vermehrt. In die Außenwelt gelangt er hauptsächlich mit dem Auswurf kranker Menschen und mit der Milch kranker Tiere.

Jeder Mensch ist der Gefahr ausgesetzt, den Keim der Tuberkulose in sich aufzunehmen, und mancher beherbergt ihn seit langer Zeit, ohne es zu wissen.*)

*) Ein Viertel der Leichen von Personen, die an anderen Krankheiten gestorben sind, zeigt im Innern Spuren überstandener Tuberkulose.

Digitized by Google

Jedermann muß sich daher auf den Kampf mit diesem Feinde einrichten.

Der Tuberkelbazillus wird am sichersten vernichtet durch hohe Hitzegrade bei Anwesenheit von Feuchtigkeit, also durch Kochen oder durch strömenden Wasserdampf. Dem Sonnenlichte widersteht er nicht lange. Andere Desinfektionsmittel, z. B. Kresolwasser, Karbolsäurelösung, Formaldehyd, bedürfen zu wirksamer und gefahrloser Anwendung besonderer Vorkenntnisse.

b) Wie erfolgt die Ansteckung?

Angeborene Tuberkulose ist selten.

Tuberkelbazillen werden aufgenommen:

1. durch Einatmen mit der Luft: entweder von eingetrocknetem Auswurf Schwindsüchtiger im Staub, aufgewirbelt durch den Wind, Luftzug, Ausfegen, oder verschleppt an Schuhsohlen oder Kleidern; oder von winzigen feuchten Tröpfchen, welche Kranke beim Husten oder Sprechen in ihrer Umgebung verbreiten.
2. mit der Nahrung: in erster Linie durch ungekochte Milch, bei ungenügender Fleischschau auch durch Fleisch tuberkulöser Tiere, welches in den Verkehr gelassen und vor dem Genuß nicht durchkocht wurde;
3. durch verletzte oder erkrankte Stellen der Schleimhäute oder der äußeren Haut,

   insbesondere durch Vermittlung von unreinen Händen: z. B. beim Kriechen der Kinder auf dem Fußboden, Anfassen beschmutzter Gegenstände (Kleider, Taschentücher und dgl.) und darauf folgender Einführung der Finger in den Mund (Fingerlutschen, Nägelkauen, Fingerlecken beim Umblättern), beim Bohren in der Nase und ähnlichen Untugenden;

   ferner durch Vermittlung von unreinen Geräten: z. B. in den Mund nehmen von gebrauchtem fremdem Spielzeug, Trinkgläsern, Eßgeräten, Blasinstrumenten;

   endlich durch unbeachtete kleine Wunden, Kratzflecke, Hautausschlag (Grind).

Die Folge der Aufnahme von Tuberkelbazillen ist bei Kindern meist zunächst eine Erkrankung der Drüsen (z. B. des Halses und des Unterleibs) und im Anschluß daran der Lungen, der Knochen und Gelenke (Knochenskroseln, tuberkulöse Buckel, freiwilliges Hinken), der Hirnhaut u. s. w. Bei Erwachsenen überwiegt die Ansteckung durch Einatmung und führt zu Tuberkulose der Lungen, seltener des Kehlkopfes (Schwindsucht). Durch Aufnahme der Tuberkelbazillen in die Haut entsteht oft Hauttuberkulose (z. B. Lupus, fressende Flechte).

Meist verläuft die Tuberkulose langsam (chronisch); Ausnahme: galoppierende Schwindsucht.

c) Wie schützt man sich vor Tuberkulose?

Bei keiner Volkskrankheit hat der Mensch, auch der Schwächste und Aermste, es so in der Hand, sich selbst zu helfen, wie bei der Tuberkulose, wenn er nur Einsicht mit Selbstbeherrschung verbindet.

I. Maßregeln gegen den Erreger der Tuberkulose.

1. Jeder, Gesunder wie Kranker, sorge für gefahrlose Beseitigung des Auswurfes, weil keinem Auswurf angesehen werden kann, ob er tuberkulös ist oder nicht. Also nicht ausspucken auf den Boden geschlossener Räume (einschließlich Straßen- und Eisenbahnwagen) oder verkehrsreicher Wege! Aufstellen von Spucknäpfen mit feuchter, in kurzen Zeiträumen unschädlich (am besten durch Auskochen) zu beseitigender Füllung! Beim Husten ist die Hand vor den Mund zu halten! Andernfalls wende der Nachbar sich ab! Kleidungsstücke sind stets sauber zu halten, Kleiderschleppen nicht zu dulden! Kleider, Betten, Wäsche von Tuberkulösen dürfen erst nach gründlicher Desinfektion von Andern in Gebrauch genommen werden. Trockenes Fegen werde durch nasses Aufnehmen, nötigenfalls durch Scheuern mit heißer Soda oder heißer Schmierseifenlösung ersetzt. Jede Staubentwicklung in der Wohnung, der Arbeitsstätte und auf der Straße ist auf das geringste mögliche Maß zu beschränken. Meide Wirtschaften, in denen auf den Boden gespuckt wird!

Digitized by Google

2. Peinlichste Sauberkeit herrsche bei der Zubereitung und Aufbewahrung (Schutz gegen Fliegen), sowie beim Genuß der Speisen, namentlich solcher, welche roh genossen werden! Milch und Fleisch sind vor dem Genuß gründlich zu kochen; die gekochte Milch ist geschützt und möglichst kühl aufzubewahren!

3. Die Hände einschließlich der Nägel, die Zähne nebst der Mundhöhle sind häufig und gründlich zu säubern! Das Einführen von Fingern in Mund oder Nase, sowie das Kratzen im Gesicht sind zu unterlassen! Jede Wunde ist gegen Verunreinigung durch geeignete Verbände zu schützen.

4. Hinsichtlich der Tiertuberkulose sei nur angedeutet, daß sie bei Rindern meist als Lungen-, bei Schweinen meist als Halsdrüsen- oder Darmtuberkulose auftritt, bei jenen also durch Einatmung, bei diesen durch das Futter, namentlich durch Centrifugenschlamm der Molkereien und nicht abgekochte Magermilch aufgenommen wird. Geeignete Tilgungsmittel sind: allmählige Ausmerzung der tuberkulösen Rinder, vor allen der mit sichtbaren Zeichen der Krankheit (tuberkulöse Euterknoten, Husten mit Abmagerung und rauhem Haar u. dergl.) behafteten, bei Kindermilchwirtschaften und für die Zucht aber auch aller sonst auf Tuberkulineinspritzungen fiebernden Tieren; Trennung der Kälber von den tuberkulösen Müttern; reichliche Bewegung der Kälber und des Jungviehs, möglichst auch der älteren Tiere in freier Luft; Verwendung nur gekochter Milch und Molkereirückstände zur Fütterung der Schweine*); Ausschließung tuberkulöser Personen, namentlich solcher mit Auswurf, von der Viehwartung; Reinhaltung der Ställe.

II. Maßregeln zur Kräftigung des Körpers.

Niemals wird es gelingen, alle Tuberkelbazillen abzutöten; deshalb ist es unerläßlich, den Körper so zu kräftigen und abzuhärten, daß der eindringende Keim ihn nicht krank machen kann. Die Hauptmittel**) sind:

Einfache und kräftige **Nahrung**, die bei richtiger Auswahl nicht teuer zu sein braucht. Leckereien und berauschende Getränke sind zu meiden;

eine dem Zutritte von Luft und Licht zugängige **Wohnung**; lieber vor der Stadt als inmitten derselben; das beste Zimmer zur Schlafstube gewählt;

haltbare, einfache **Kleidung** aus nicht zu dicht gewebten Stoffen, weder zu warm noch zu kühl, bei ruhigem Körper oder bei sitzender Thätigkeit wärmer als bei Bewegung; Unterlassung von Modethorheiten, welche die freie Bewegung des Körpers beeinträchtigen, z. B. Korsett und Leibriemen.

Erst nach Bestreitung dieser unumgänglich notwendigen Sachen darf an andere Ausgaben gedacht werden.

Bei der ganzen Lebenshaltung stehe Reinlichkeit und Ordnung voran! Wasche täglich den ganzen Körper mit mäßig kaltem Wasser oder reibe ihn schnell mit einem rauhen feuchten Tuche ab, bade in reinem Fluß- oder Seewasser, oder nimm ein Brausebad (unter Schonung des Kopfes), halte Haare und Bart, Zähne und Mund, sowie Nägel sauber! Atme unter Schließung des Mundes durch die Nase; diese ist das natürliche Filter für Unreinlichkeiten und Schädlichkeiten. Ist die Nasenatmung dauernd erschwert, so lasse Dich durch den Arzt untersuchen: das Hindernis ist oft leicht zu beseitigen.

Deine **Arbeit** verrichte ganz und mit voller Kraft; sie gibt wieder Kraft; suche sie aber, soweit es mit diesem Zwecke vereinbar ist, der Gesundheit entsprechend auszuführen. Benutze gebotene Schutzvorrichtungen! Meide gebückte Stellung bei Geistesarbeit! Bist Du Arbeitgeber, so sei darauf bedacht, Schädlichkeiten zu beseitigen oder doch thunlichst einzuschränken (Staub, Rauch u. s. w.)! Arbeits- und Ruhezeit sollen im richtigen Verhältnis stehen!

Die arbeitsfreie Zeit wende an zur Kräftigung der Körperteile, welche bei der Arbeit selbst weniger Gelegenheit hatten, sich zu üben! Bewege Dich außerhalb der bewohnten Orte! Mache in freier Luft oft langsame

*) Viele große Molkereien erhitzen die gesamte Vollmilch vor der Verarbeitung so, daß jede Gefahr beseitigt wird.

**) Näheres im „Gesundheitsbüchlein." Bearbeitet im Kais. Gesundheitsamte. 8. Abdruck. Berlin, Jul. Springer 1899. Preis 1 Mark.

Digitized by Google

tiefe Atemzüge mit in die Seite gestemmten Händen! Gewöhne Dich auch an ungünstige Witterung im Freien! Wechsele durchnäßte Kleider und Schuhe! Turnerische Uebungen — namentlich Freiübungen —, den Körperverhältnissen angepaßt, je nach den Mitteln unterstützt durch Fußmärsche, Ballspiele, mäßiges Radfahren, Rudern, Schwimmen und dergl. sind die besten Bundesgenossen im Kampfe gegen die Tuberkulose.

Suche rechtzeitig das Bett auf! Meide Ausschweifungen jeder Art! Sie zerstören in Kurzem, was in Langem errungen wurde. So wenig ein Glas nicht zu kühles Bier, eine Tasse nicht zu starker Kaffee oder Thee, eine Cigarre — zur rechten Zeit genossen — dem normalen erwachsenen Körper schadet, so sehr schadet jedes Zuviel.

Meide endlich den Verkehr mit Personen, die an ansteckenden Krankheiten leiden. Wenn Pflicht oder Beruf solchen Verkehr fordern, so lasse die gebotenen Vorsichtsmaßregeln nicht aus dem Auge! Beziehst Du eine Wohnung, in welcher vorher ein Tuberkulöser gelebt hat, so lasse sie zuvor desinfizieren!

d) Ratschläge für besonders gefährdete Personen.

Jedermann sollte sich der vorstehenden Gesundheitsmaßregeln befleißigen, ganz besonders aber alle diejenigen, welche aus irgend einem Grunde die Tuberkulose mehr als andere zu befürchten haben: schwächliche Personen, sowie solche mit langem und schmalem Körperbau bei flachem Brustkasten, namentlich wenn sie von tuberkulösen Eltern abstammen; ferner solche, welche Grund zu der Annahme haben, daß sie durch Verkehr mit schwindsüchtigen Menschen (Verwandten, Pflegern, Arbeits- oder Spielgenossen) oder infolge eigener Erkrankung an Skrofulose oder dergl. in der Kindheit den Keim der Tuberkulose bereits aufgenommen hatten; nicht minder solche, welche der Beruf gefährdet (Stuben-, Staubarbeit und dergl.); endlich die von schweren Krankheiten Genesenden, sowie allgemein diejenigen, welche an Lungen- oder chronischen Halskrankheiten, Keuchhusten, Masern, Influenza, Zuckerkrankheit, Bleichsucht gelitten haben oder leiden oder zu starken Blutverlusten irgend welcher Art (Nasenbluten und dgl.) neigen.

Wer einen wenig widerstandsfähigen Körper hat, nehme darauf bei der Wahl des Berufs Rücksicht: ein Beruf, der in die freie Luft führt und die Körperkräfte durch Uebung stählt, ist besser als eine an das Zimmer fesselnde Thätigkeit. Menschen mit empfindlichen Atmungsorganen haben nicht nur Staub (also auch staubreiche Berufsthätigkeit), sondern auch Rauch (Tabaksdunst eingeschlossen) und kalte, rauhe Winde zu meiden oder sich dabei entsprechend zu schützen; Sprechen in kalter Luft oder beim Gehen sollten sie unterlassen und sich vor Erkältungen und übermäßigen Körperanstrengungen hüten.

Nicht minder wichtig ist die sinngemäße Durchführung der allgemeinen Schutzmaßnahmen überall da, wo durch Beruf oder sonst Menschen in großer Zahl sich regelmäßig zusammenfinden (in Schulen und Pensionaten — entsprechendes Verhalten tuberkulöser Lehrer —, Fabriken, Wirtshäusern, Armenanstalten, Waisenhäusern). Vernachlässigung der Tuberkulose durch einzelne gefährdet die Gesammtheit.

e) Ratschläge für erkrankte Personen.

Treten Erscheinungen auf, welche den Verdacht einer nicht bloß vorübergehenden Erkrankung der Atmungsorgane erwecken; wiederkehrender Husten (trocken oder mit Auswurf), wiederkehrende Schmerzen im Halse, Brust oder Rücken, anhaltende Abgeschlagenheit oder Neigung zur Ermüdung ohne vorangegangene Anstrengung, Appetitmangel und Abmagerung, wiederkehrendes Fieber, namentlich zur Abendzeit, mit Nachtschweißen (selbst bei nur mäßiger Körperbedeckung), Blutspuren im Auswurf, oder gar ein Bluterguß aus dem Halse, so ist baldigst eine ganz gründliche Untersuchung durch den Arzt (auch des Auswurfs auf Tuberkelbazillen) herbeizuführen. Wird der Verdacht nicht bestätigt, so sind gleichwohl die unter d gegebenen Ratschläge sorgfältig zu befolgen. Bestätigt sich der Verdacht, so sind in erster Reihe die vom Arzte gegebenen Verhaltungsmaßregeln zu beachten. Kein Mittel hilft, wenn nicht der Kranke durch sein

Digitized by Google

allgemeines gesundheitsgemäßes Verhalten und strenge Befolgung aller gebotenen Vorsichtsmaßregeln das Beste selbst dazu beiträgt. Der Kranke vergegenwärtige sich die doppelte Pflicht, auf seine eigene Heilung Bedacht zu nehmen, um wieder ein nützliches, erwerbendes Glied der menschlichen Gesellschaft zu werden, aber auch durch Beachtung der Schutzmaßregeln seine Angehörigen, Hausgenossen und weitere Umgebung vor Ansteckung zu bewahren. Beginnende Tuberkulose ist oft heilbar, vorgeschrittene selten; der Erfolg hängt zumeist vom rechtzeitigen Einschreiten ab.

Besondere Aufmerksamkeit ist dem Auswurf zuzuwenden; er ist weder auf den Boden zu schleudern noch zu verschlucken, vielmehr in ein besonderes, dazu bestimmtes Gefäß, welches regelmäßig zu desinfizieren ist, zu entleeren; am besten sind Spuckfläschchen (etwa nach Art der Dettweilerschen), welche der Kranke mit sich führt. Mußte der Auswurf ausnahmsweise ins Taschentuch entleert werden, so ist dieses vor dem Trockenwerden auszukochen.

Auch durch Küssen kann die Krankheit übertragen werden. Einer offenbar schwindsüchtigen Person ist die Eheschließung dringend zu widerraten; sie warte bis zur Heilung! Tuberkulöse Frauen sollten nicht stillen oder Kinder warten!

Bei Fieber und Neigung zu Blutungen ist Ruhe und Schonung unbedingt geboten; ausgiebiger Genuß ruhiger, von der Sonne durchwärmter, nebel-, staub- und rauchfreier Luft thut gute Dienste, am besten mit Lagerung auf Ruhebetten im Freien, an geschütztem Platze und mit genügender Bedeckung des Unterkörpers.

Am sichersten wird die Heilung in einer, der Wiederherstellung von Lungenkranken besonders gewidmeten, von einem sachkundigen Arzte geleiteten Heilstätte (Lungenheilstätte) erreicht. Bei nicht zu kurzem Aufenthalte (nicht unter 3 Monaten) erlangt der folgsame und aufmerksame Kranke oft nicht nur seine Gesundheit wieder, sondern eignet sich auch die zur Vermeidung von Rückfällen erforderlichen Lebensregeln an.

Medizinalschwindel.

Dem allgemeinen Zug der Zeit folgend, wird auch in der Medizin selbst im Land der Denker, in Deutschland, wo sie noch nicht so „frei" ist, wie in einzelnen Schweizerkantonen, riesig geschwindelt. Eine hochmoderne Methode der Kurpfuscherei ist, wie Dr. Wollermann in der deutschen medizinischen Wochenschrift veröffentlicht hat, die sog. Vitafergesellschaft in Berlin, welche beabsichtigt, in allen größeren Städten Filialen einzurichten. Da hiefür wohl auch das für derlei Unternehmungen günstigen Boden liefernde Zürich ausersehen sein dürfte, so wollen wir hier jetzt schon vor dem neuen Medizinalschwindel warnen. In ihrer Feuilleton-Chronik hat zwar bereits die „Neue Zürcher Zeitung" über diese Sorte der üppig blühenden Kurpfuscherei aufgeklärt.

Das „Heilinstitut" obengenannter Cie. verkündet mit großem Geschick durch vielversprechende, in wissenschaftliches Gewand gekleidete, pompöse Anzeigen der überraschten Welt, daß nunmehr das so lange gesuchte Allheilmittel in Gestalt des Magnesiumsuperoxyds gefunden sei. Anknüpfend an die Thatsache, daß der Sauerstoff dem menschlichen Organismus unentbehrlich ist, werden gewandt wahre, halbwahre und falsche Behauptungen durcheinandergeworfen, deren Schluß in dem Satze gipfelt: Die neueste Errungenschaft in der Heilkunde ist der Chemie, der Schwester der Medizin, zu danken — es handelt sich um die Heilung von allen möglichen Krankheiten durch die Sauerstoffernährung auf denkbar einfachste Weise.

Nach langjährigen Versuchen ist es nämlich den chemischen Autoritäten jener Gesellschaft endlich gelungen, den Sauerstoff in eine völlig unschädliche Substanz — das Magnesium — zu binden (Magnesiumsuperoxyd). Während das Magnesium jedoch vollständig aus dem Körper ausgeschieden wird, kommt der im Magen frei werdende Sauerstoff dem Organismus voll zu gute. Das Präparat wird

Digitized by Google

in Pulverform verabreicht, ist also unter allen Verhältnissen und bei jedem Kranken leicht anzuwenden. Alle Arten von Krankheiten, auch sogen. „unheilbare Leiden", speziell die Zuckerkrankheit, Gicht, Rheumatismus, Tuberkulose, Lupus, Magenleiden, Nervenleiden der verschiedensten Formen, Hautkrankheiten, alte Wunden ꝛc. werden durch jene neue patentierte Sauerstoffernährung in der eigens hiefür errichteten Berliner Heilanstalt „Vitafer" gründlich kuriert.

Der Erfinder des großartigen Heilmittels, von dem an eine neue Epoche der Heilkunde datieren soll, ist ein gewisser Chemiker Dr. Oppermann. Anfangs zog die Sache nicht recht, doch das änderte sich bald, als durch den Beitritt eines Berliner Bankiers das Unternehmen den nötigen goldenen Boden erhielt. Von da ab datierte eine stets wachsende Thätigkeit im Vertrieb der Präparate und im steten Inserieren. Dr. Wollermann interessierte sich lebhaft für die neue Heilmethode und suchte Näheres darüber zu erfahren, wobei ihm von einem jungen Leipziger Chemiker die vertrauliche Mitteilung gemacht wurde, daß die angeblichen Magnesiumsuperoxyd-Präparate keine Spur dieser Substanz enthielt. Um die Richtigkeit dieser Analyse von amtlicher Seite bestätigt zu erhalten, und dann gegen solch unerhörten Schwindel vorgehen zu können, ließ Dr. Wollermann sich verschiedene Vitaferpräparate schicken, die 25 bis 30% Magnesiumsuperoxyd enthalten sollten. Der hannoveranische Stadtchemiker fand aber bei der Analyse an aktivem Sauerstoff in allen drei Präparaten höchstens 0,0016 Prozent, von Magnesiumsuperoxyd überhaupt keine Spur!

Also die berühmte Sauerstoffheilmethode heilt ohne Sauerstoff, sie macht sich die Sache einfacher. Die Präparate bestehen zum größten Teil aus doppelkohlensaurem Natron und gebrannter Magnesia. Auf Grund dieses Befundes ist denn auch die Anzeige wegen Betruges erstattet worden, und hoffentlich wird das gerichtliche Vorgehen diesen neuesten frechen Auswuchs der Kurpfuscherei rasch zu beseitigen vermögen.

Gesundheitszustand im September 1900.

Der in der Berichterstattung folgende Zeitabschnitt September 1900 weist gegenüber seinem Vorgänger nur geringe Abweichungen auf; nicht nur in den Endresultaten der Berechnungen sondern auch in den Details. Im großen Ganzen gestaltet sich das Sterblichkeitsverhältnis im Vergleiche zu den Ergebnissen des verflossenen Jahres günstig und ergibt für die unmittelbar vorausgehende Periode noch eine geringe Abnahme der Sterbefälle, wenigstens im Gebiete der Stadt Zürich, während z. B. in den letzten 10 Jahren im September stets im Gegensatz dazu ein Ansteigen der Mortalität beobachtet worden ist.

Nach den Angaben des sanitarisch-demographischen Bulletins von Bern berechnet, beläuft sich die Sterblichkeit im Umkreis der 15 größten Gemeinden der Schweiz mit schwach 700.000 Seelen auf 14.5 ‰, somit eine ganz unerhebliche Differenz zum August 1900. Die Zahl der Geburten ergibt auf 1000 Einwohner 25,5 und es resultiert daraus ein Ueberschuß der Geburten über die Sterbefälle von 11,5 ‰; ein Verhältnis, wie es als normalen Entwicklungsverhältnissen entsprechend betrachtet wird. Besondere Beobachtungen sind bei diesen Ergebnissen nicht zu Tage getreten, daß z. B. eine einzelne Todesursache als besonders häufig auftretend bezeichnet werden könnte.

In der Stadt Zürich zählte man 212 Todesfälle; im August 225, im Juli sogar 284. Nachdem die Totgeborenen in Abrechnung gebracht worden sind, ergibt sich aus den übrig bleibenden 195 Gestorbenen eine Sterblichkeit von 14,9 ‰; auch hier ein kaum nennenswerter Unterschied zum August, welcher eine Sterblichkeit von 15,5 ‰ aufwies. Es besteht also gegenwärtig, wie dies auch im letzten Monat schon der Fall war, eine selten beobachtete so genaue und andauernde Uebereinstimmung in den Sterblichkeitszahlen in der Stadt Zürich einerseits und in den übrigen größern, meist ja auch städtischen Gemeinwesen der Schweiz. Diese Stabilität der Verhältnisse ist weiter in der Stadt Zürich, wo wir allein Gelegenheit haben, die Einzelheiten genauer zu vergleichen, auch in den einzelnen Rubriken der Todesursachen ausgedrückt. Auffallender Weise zeigt sich diese Uebereinstimmung aber nicht nur bei der Vergleichung mit dem verflossenen Monate, sondern auch mit dem September des Vor-

Digitized by Google

jahres. Die kleine Differenz in der Mortalität zum Vorjahre zu Gunsten der gegenwärtigen Berichtperiode rührt hauptsächlich davon her, daß die Sterblichkeit an Krankheiten der Atmungsorgane eine auffallend kleine ist dies Jahr, worauf wir schon im August-Berichte aufmerksam gemacht haben und welche Thatsache sich dann auch in diesem Monat wiederholt hat.

Die epidemischen Krankheiten weisen in der Schweiz keine bemerkenswertere Schwankungen auf. Anfangs September wurde aus Rolle noch einmal ein Pockenfall gemeldet.

In der Stadt Zürich sind sich, so weit nach den Meldungen der Aerzte dies beurteilt werden kann, die Masern so ziemlich gleich geblieben; dies Mal 19 Anmeldungen zu 17 im August. Bedauerlicher Weise zeigt der Scharlach wieder eine Zunahme, wie wir sie im Verlaufe der jetzt über ein Jahr dauernden Epidemie schon mehrmals lokal haben konstatieren müssen. Von 12 Anmeldungen im August sind wir in diesem Monate bereits wieder auf 35 Fälle gekommen, wovon 16 allein auf den Kreis V fallen. Wenn auch keine ganz stichhaltigen Gründe dafür vorliegen, so sind doch genügende Anhaltspunkte dafür vorhanden, dieses Ansteigen mit Vorgängen in Zusammenhang zu bringen, wie wir sie im letzten Monatsberichte berührt haben in Bezug auf die Sommerferien und ihre Gefahren. Die Zahl der Typhusfälle hat auch im September weiter abgenommen und daß statt zwei Todesfällen in diesem Monate drei vorkamen, ist selbstverständlich eine Zufälligkeit.

Schon seit längerer Zeit waren wir nicht mehr in der Lage gewesen, über die Pest und ihren gegenwärtigen Verlauf zu berichten und soll das Versäumte heute nachgeholt werden. Aus einem recht interessanten, kurzen Berichte des schweizerischen Gesundheitsamtes über die Pest im Jahre 1899 entnehmen wir, daß der Seuche seit dem Herbst 1896 bis Ende 1898 allein in Britisch-Indien etwa 250.000 Personen zum Opfer gefallen sind. Fast über alle Erdteile verstreut finden wir Ende 1899 die Pest, hauptsächlich vereinzelt in kleinern und größern, häufig überhaupt nicht genau zu bestimmenden Epidemien. Im Jahre 1900 hat sich die Sachlage keineswegs gebessert. In Britisch-Indien sind die Opfer zahlreicher geworden als je. In Australien ist die Seuche nicht mehr erloschen; ebensowenig in Süd-Amerika, wo wir sie in Brasilien (Rio de Janeiro), in Argentinien und Paraguay treffen. In Afrika hat sie festen Fuß gefaßt an der Ostküste, teils auf einzelnen derselben vorgelagerten Inselgruppen, aber auch auf einzelnen Punkten der Küste selbst (Magude-Mocambique); dann aber finden wir sie bereits auch wieder in Aegypten, wo in Alexandrien seit Ende April unaufhörlich vereinzelte Fälle auftreten; bis jetzt sind deren 140 mit 56 Todesfällen bekannt geworden; letztes Jahr waren es 91 resp. 25. Längs des Rothen Meeres und an der Küste von Arabien sind mehrere Hafenstellen stark verseucht. Wenn man nun noch berücksichtigt, daß aus Afghanistan, Persien und Kleinasien (Smyrnadistrikt) im Laufe des Jahres fast ununterbrochen Nachrichten einliefen von sogenannten vereinzelten Pesterkrankungen, so braucht man doch kaum noch weitere Thatsachen, um eine Verschleppung der Pest auch in den letzten übrigbleibenden Erdteil, nach Europa als naheliegend und fast unvermeidlich zu bezeichnen. Wie letztes Jahr in Oporto hat eine solche denn auch dies Jahr nach Glasgow stattgefunden. Seit Beginn jener kleinen Epidemie in Glasgow Anfangs August sind im ganzen bis jetzt 27 Pestkranke im Spital aufgenommen worden, davon drei aus einer benachbarten Ortschaft Govan. Von diesen 27 Kranken sind fünf gestorben. Vom Bericht erstattenden Arzte wird die Vielgestaltigkeit der Pesterkrankungen, unter welchen die leichteren und mittelschweren Fälle auftraten, hervorgehoben. Nachdem in der vorletzten Berichtsperiode vom 29. September bis 4. Oktober nur noch ein neuer Pestfall, in der letzten Periode vom 4. bis 11. Oktober gar kein Fall mehr vorkam, kann die Epidemie in Glasgow als ihrem Ende entgegen gehend betrachtet werden.

A. M.

Ueber das Davoser Klima.

Der Oktober und November sind die Monate, in welchen der sich immer mehr entwickelnde Kurort Davos, ein Sanatorium großen Stiles, für die Ueberwinterung

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats September 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0–1 Jahr		2–5 Jahre		6–10 Jahre		11–20 Jahre		21–30 Jahre		31–40 Jahre		41–50 Jahre		51–60 Jahre		61–70 Jahre		71–80 Jahre		81–90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	10	5	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	10	5	15	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	13	9	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	13	9	22	
III. Altersschwäche	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	.	4	2	.	.	.	.	5	3	8	
IV. Gewaltsamer Tod	.	.	1	1	.	1	1	.	2	.	1	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	7	2	9	Unfälle 8, Selbstmord 1
V. Allgemeinkrankheiten	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	Rachitis 1
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	Masern 1
Diphtherie	1	1	1	.	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	3	5	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	1	2	3	
Croupöse Lungenentzündung	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	1	.	.	.	1	.	.	.	4	1	5	
Tuberkulose der Lungen	1	1	.	.	.	1	1	1	2	6	4	3	1	2	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	11	14	25	
„ anderer Organe	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	.	.	.	.	.	2	1	3	Knochentub. 2; Tub. Hirnhautentzündung 1
Andere ansteck. Krankheiten	1	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	3	4	Keuchhusten 3
VII. Krankh. der Atmungsorgane	1	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	2	2	4	Katarrh. Lungenentzündung 2
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	2	.	1	2	2	1	1	1	.	.	.	.	6	5	11	Arteriosclerose 3
IX. „ „ Verdauungsorg.	29	26	.	1	.	.	.	.	1	.	1	1	1	.	1	4	1	1	1	2	.	.	.	.	35	35	70	Kinderdiarrhoe 56, Leber, Magen Darmkrebs 12
X. „ des Nervensystems	3	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	.	2	4	.	1	1	3	.	.	.	.	10	8	18	Hirnschlag 10
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	2	1	3	Nierenentzündung 2
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	2	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	4	4	Gebärmutterkrebs 3; Brustkrebs 1.
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Total	60	45	3	3	1	3	2	2	7	7	7	6	9	7	10	12	5	5	8	9	1	.	.	.	113	99	212	

Digitized by Google

sich wieder zu füllen beginnt. Ueber das Hochgebirgsklima daselbst schreiben die „Davoser Blätter“:

Das Jahresmittel der Temperatur beträgt bloß 2,6 Grad Celsius.

Während der Wintermonate steht die Luft meist unter oder nur wenig über dem Gefrierpunkt.

Die Monatsmittel der kältesten Monate betragen zu bestimmten Tagesstunden:

	7½ h morgens	1½ h nachm.	9½ h abends
Dezbr.	— 7,6	2,2	— 7,0
Januar	— 9,5	— 2,5	— 8,2
Februar	— 7,1	1,3	— 5,6

In klaren Winternächten sinkt die Temperatur zuweilen auf — 20 Grad, ausnahmsweise noch tiefer.

Da die von Norden und Süden kommenden feuchten Luftströme ihre Feuchtigkeit bereits an den Bergabhängen abgegeben haben, ehe sie in das Innere des rhätischen Hochlandes kommen, zeichnet sich Davos durch geringen Niederschlag und außerordentlich klare Atmosphäre aus. Nebel ist höchst selten. Die Summe der Niederschläge beträgt im Mittel 933 Millimeter. Die Zahl der ganz klaren Tage beträgt im Durchschnitt etwas über 150, die der leicht bewölkten 50—60, die der bedeckten 150.

Von Mitte November bis Ende April ist in Davos Berg und Thal ohne Unterbrechung mit Schnee bedeckt, wodurch größte Reinheit der Luft gesichert wird; der Winterschnee ist staubartig und trocken; Regen ist im Winter sehr selten. Die Höhe der Schneedecke beträgt in schneearmen Wintern 50 bis 60 Ctm., in anderen 1 Meter und mehr. Auf den Straßen und Trottoirs wird der Schnee, sobald er gefallen ist, festgewalzt, so daß sie trockenen Fußes begangen werden können.

Die Sonnenausstrahlung ist im Hochgebirge außerordentlich stark, besonders im Winter, wo die Schneeschicht die Strahlen zurückwirft. Infolgedessen kann der Kurgast, auch wenn das Thermometer tief unter Null steht, stundenlang in dem wohlthätigen, belebenden Sonnenschein sitzen, ohne wärmer gekleidet zu sein als im Zimmer. Nicht selten herrscht in Davos zur Winterszeit wochenlang völlig klares Wetter, während über dem Tiefland der Nebel lagert, so daß dem Kurgast der Genuß der frischen Luft mindestens so reich oder reichlicher möglich ist als an südlichen Kurorten. Die intensive Lichtwirkung, die kräftigen Sonnenstrahlen lassen aber auch schädliche Mikroorganismen nicht gedeihen, sondern vernichten dieselben.

Durchaus irrtümlich ist die Annahme, als ob der vom Arzt nach Davos gewiesene Patient eine bestimmte Saison abwarten müsse. Davos ist Jahreskurort. Aerzte, die mit den Verhältnissen von Davos bekannt sind, schicken ihre Kranken zu jeder Jahreszeit hieher und setzen sich nicht der Gefahr aus, die wertvolle Zeit im Tiefland zu verlieren, was in der Regel nur einen verhängnisvollen Fortschritt der Krankheit bedingen würde.

Turnhallen auf dem Lande.

Einen nachahmenswerten Schritt für die Verbreitung der noch dünn gesäeten Turnhallen in ländlichen Gemeinden (kleinere könnten sich zu deren Errichtung zusammenthun) hat der thurgauische Kantonalverein gethan. Er beauftragte die Vereinsleitung, an den Regierungsrat das Gesuch zu richten, es möchten zur richtigen Förderung des Schul- und Vereinsturnens Normalien für die Erstellung billiger, dabei aber zweckentsprechender Turn-Hallen ausgearbeitet werden. Man trägt sich nämlich in den Turnerkreisen mit dem richtigen Gedanken, daß selbst bei ländlichen Verhältnissen die Erbauung von Turnlokalitäten denkbar wäre, wenn man nicht mit allzu hohen Kosten rechnen müßte. Nimmt die Regierung, resp. das Erziehungsdepartement die nötigen Vorarbeiten an die Hand und bieten die ausgearbeiteten Pläne bei möglichster Einfachheit etwas Zweckdienendes, ohne daß der Kostenvoranschlag gewisse Erwartungen übersteigt, so dürfte die Anregung der thurgauischen Turnerschaft da und dort im Kanton die Veranlassung zur Erstellung von Turnhallen geben. *)

*) Dieses Beispiel sollte auch in anderen Kantonen nachgeahmt werden.

Digitized by Google

Witterung im September 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°. Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 29—2	3—7	8—12	13—17	18—22	23—27
Zürich . .	493	15.7	1.6	23.9	27.	9.2	4.	15.0	13.9	14.6	15.8	17.5	18.0
Basel . .	278	15.9	1.2	22.8	19.	7.8	13.	15.7	13.8	14.9	15.9	17.5	16.8
Neuchâtel .	488	16.5	1.9	24.1	18.	10.0	4.7.	16.7	15.4	15.5	16.2	18.7	17.8
Genf . .	405	16.6	1.5	23.6	24.	8.2	15.	16.1	15.6	16.1	15.2	18.3	18.0
Bern . .	572	15.2	1.5	23.7	24.	8.6	4.	15.0	13.9	14.0	14.7	17.0	17.2
Luzern . .	451	15.8	1.6	22.8	6 27	9.8	7.	15.3	14.3	15.3	15.0	17.6	17.7
St. Gallen	703	14.3	1.5	21.6	17.	7.5	3.	13.5	12.3	13.9	14.2	15.7	16.3
Lugano. .	275	18.0	0.8	24.8	22.	11.0	13.	18.0	18.5	18.2	16.9	18.9	19.2
Chur . .	610	15.7	1.4	25.1	17.	7.4	13.	14.2	14.0	14.5	15.3	17.6	17.8
Davos . .	1557	10.5	2.2	20.4	14.	1.8	13.	9.6	9.4	9.1	10.7	12.1	12.6

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	723.0	83	60	—52	51	10	0	0	2	4	5	1
Basel . . .	741.4	84	62	—9	58	12	0	1	4	3	9	0
Neuchâtel .	723.4	80	34	—50	54	12	0	1	6	4	8	3
Genf . . .	730.3	80	89	8	52	10	0	2	7	6	10	2
Bern . . .	716.1	80	35	—49	60	9	0	0	7	2	9	2
Luzern . .	726.8	81	55	—57	51	11	0	2	1	4	5	0
St. Gallen .	705.6	78	56	—89	52	11	0	0	0	5	7	1
Lugano . .	741.5	83	168	—30	51	8	0	2	0	11	10	0
Chur . . .	712.9	73	25	—60	50	6	0	0	0	8	8	1
Davos . .	637.5	80	44	—46	46	10	0	0	1	8	5	0

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 167, Basel 152, Bern 197, Genf 177, Lugano 183, Davos 188.

Der diesjährige September war ein angenehmer, im ganzen trockener und sehr milder Herbstmonat. Das Monatsmittel der Temperatur kam auf der Nordseite der Alpen in den Niederungen um ca. 1½, in den höheren Regionen über 2, auf der Südseite um nahezu 1 Grad höher zu stehen als das normale. Dabei war die zweite Monatshälfte sogar erheblich wärmer als die erste. Sehr hohe Thermometerstände wurden jedoch nicht verzeichnet. Die Mittagstemperatur erreichte vielmehr im Maximum meist nur 24 Grad. Die Temperaturschwankungen waren nur geringe. Die seit Ende August über dem Kontinent lagernde Hochdruckzone verlegte sich zu Beginn des Monats nach dem Nordwesten und es brachte eine über dem Nordosten eingetretene Depression auf ihrer Rückseite in Zentraleuropa unter merklichem Temperaturrückgang am 2. und 3. Regen, der jedoch nur im Nordosten unseres Landes in der Nacht vom 2./3. mit erheblicher Intensität auftrat. Mit dem 4. hellte sich der Himmel wieder auf, die Temperatur hob sich und die Witterung blieb unter dem Einfluß des zunächst über West-, dann über Mitteleuropa vorwaltenden und hier eine weitere Temperaturzunahme bedingenden Hochdrucks meist trocken und heiter bis gegen den Schluß des Monats. Nur am 8. und später am 17. veranlaßten im Westen auftretende flache Depressionen auch in unserem Lande zeitweise Trübung mit etwelchen Niederschlägen. Mit dem 24. trat unter dem Einfluß einer tiefen, im Nordwesten auftretenden Depression, welcher weitere folgten, ein in der Nordschweiz von Gewitterregen eingeleiteter Witterungsumschlag ein. Die Witterung wurde vorwiegend trüb und zeitweise regnerisch. Die Temperatur änderte sich jedoch, da südliche Winde vorherrschten, nur wenig, blieb vielmehr relativ hoch bis zum Monatsschluß. Sehr ergiebige Gewitterregen traten am Abend des 28. und in der darauffolgenden Nacht im Südwesten und Süden des Landes auf. Allgemein war sowohl die Zahl der Niederschlagstage als die Menge gering. Das Defizit zeigt namentlich in der Ostschweiz einen bedeutenden Betrag; die Monatssumme der Regenmengen erreicht dort strichweise bei weitem nicht die Hälfte der normalen Höhe. Die mittlere Bewölkung und die Sonnenscheindauer weichen dagegen von dem Durchschnitt nicht erheblich ab.

Schweiz. Meteorolog. Zentralanstalt.

Digitized by Google

DER WEISFLOG-BITTER

fördert nach dem Essen oder zwischen den Mahlzeiten genommen, die Verdauung und regt den Appetit an, er verhindert besonders nach Genuss von Wein, Bier, Süssigkeiten, Früchten etc. die Magenversäuerung. Man verlange jedoch ausdrücklich 55G

Weisflog-Bitter.

HYGIAMA

Wertvolles Diäteticum in der Frauenpraxis, namentlich bei Gravidität und Lactation.

300 Gr. Fr. 2.70. 500 Gr. Fr. 3 50.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.

Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 23

Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wtthg.)

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

Hülfsbetten
Tragbahren

zusammenlegbar und leicht transportabel, empfiehlt zu billigsten Preisen in solidester Ausführung 52G

A. Geering-Beck

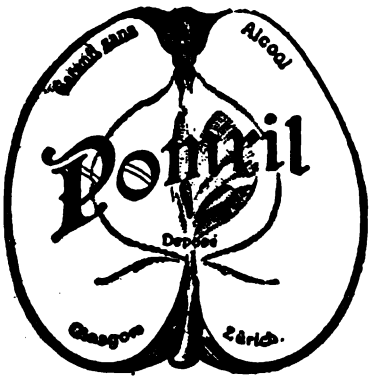
Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz"
Zürich und Winterthur.

MAGGI'S
Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Übergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.
Zwei Portionen
Kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.
MAGGI'S *Bouillon-Kapseln*
für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.
Zwei Portionen
feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.
MAGGI'S *Bouillon-Kapseln*
Für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.
Zu haben in den
Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

POMRIL,

ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.



Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velozipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.
Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.

Man erteile Probeaufträge an die 1950

POMRIL LIMITED Zürich
oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Anstalt „Philadelphia“ Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Ein gewaltiger Fortschritt auf dem Gebiete der

MUND- und ZAHNPFLEGE

NEU! NEU!

TRYBOL

DAS ALLER- BESTE

KRÄUTER-, MUND- & ZAHNWASSER.

SCHWEIZER-FABRIKAT.

Es desinfiziert und desodoriert ausgezeichnet und konserviert die Zähne. Stark erfrischender langanhaltender Wohlgeschmack. — Zahlreiche (Zag S. 300) Atteste erster ärztlicher Autoritäten. 53G

Flacon Fr. 1 50 lange Zeit ausreichend, ist in Apotheken, Droguerien u. besseru Parfumerien erhältlich.

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Anotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

Rigi-Klösterli Hôtel Schwert

Notorisch mildestes Klima am ganzen Rigi. Gegenüber dem Bahnhof der Arth-Rigi-Bahn. Gut empfohlenes, ruhiges Haus. Pensionspreis per Tag Fr. 5.50—6.50. Restauration zu jeder Tageszeit. Elektrisches Licht in allen Zimmern. Post, Telegraph u. Telephon. Bäder u. Douchen im Hause.

Horgen. Kurhaus Bocken Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. —

— Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 38 G

Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Dr. Lahmann's

Nährsalz-Cacao
Nährsalz-Chocolade
Nährsalz-Haferbiscuits
Nährsalz-Extrakt
Pflanzenmilch
Japan-Soya
für Wiederverkäufer Fabrikpreise
ferner diverse
Hafer-Cacao's
Chocoladen-Pulver
Milch-Chocolade
Fleisch-Pepton
Fleisch-Extrakte
Tropon
Tropon-Chocolade
Tropon-Zwieback
(auch für Zuckerkranke)
empfiehlt bestens 15 G

C. Eggerling, Zürich
Delikatessen u. Kolonialwaren
Münstergasse 7.
Telephon.

Hervorragendes Kräftigungsmittel

Somatose ist ein Albumosenpräparat und enthält die Nährstoffe des Fleisches (Eiweiss und Salze). Regt in hohem Maasse den Appetit an. Erhältlich in Apotheken und Drogerien. Nur echt wenn in Originalpackung.

Das beste

Abführmittel

ist laut zahlreichen Attesten ärztl. Autoritäten das natürliche

Birmenstorfer Bitterwasser

Es hat keinen unangenehmen Beigeschmack und verursacht keine Beschwerden.

Vielfach prämiiert mit den höchsten Auszeichnungen.

Erhältlich in Apotheken und Mineralwasserhandlungen. 90 G

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. November 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 21

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark. Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Kinder-Milch. — Wie verhütet man Krankheiten? — Der Alkohol als Hindernis der Akklimatisation der Europäer in den Tropen. — Kadettenwesen, eine gesunde Leibesübung. — Zur Verhütung der Verbreitung der Tuberkulose durch die Schulen. — Zur Verbreitung des „Tuberkulosenmerkblattes" im Volke. — Billige Volksbäder. — Gesunder Bodenbelag in Turnhallen. — Insernte.

Kinder-Milch.

Leider ist die Auffütterung der Säuglinge ohne die immer mehr außer Kurs geratene Mutterbrust, die sogen. künstliche Ernährung, bei uns in der überwiegenden Zahl der Fälle Mode geworden. Naturnotwendig, denn sehr viele Frauen können nicht stillen, auch wenn sie wollten, aus dem einfachen Grunde, weil ihnen die Milch in den Brüsten entweder ganz fehlt, oder doch meistens nach kurzem versiegt. Sie fangen deshalb damit nicht einmal probeweise an, was aber in ihrem und in des Neugeborenen Interesse zu beklagen und oft genug von Schaden für beide ist. Unter den Ersatzmitteln für die Muttermilch spielen seit längerem die verschiedenen Sorten von Kindermilch, sogenannte sterilisierte, durch besondere Vorkehrungen (genügend langes Erhitzen) von Gährungspilzen und deren Keimen sowie allfälligen Giftstoffen (z. B. Bakterien übertragbarer Krankheiten) befreite Präparate eine große Rolle.

Als eine der vorzüglichsten Sorten von Kindermilch hat sich die sterilisierte Berner Alpenmilch der Gesellschaft von Stalden (Emmenthal) in der Praxis bewährt. Sie verdient überall da, wo ein Säugling bei der gewöhnlichen, richtig mit Wasser oder Schleimsorten verdünnten und zweckmäßig verabreichten Kuhmilch nicht gedeihen will, versucht zu werden, bevor man zu Kindermehlen ꝛc. greift. In Folge der Sterilisierung (Abtötung von Pilzen ꝛc.) bietet jene Milchkonserve Sicherheit, daß keine krankheiterregenden Stoffe mit der Nahrung eingeführt werden. So sind die Gefahren einer, auch durch die Milch möglichen Uebertragung von Typhus, Maul- und Klauenseuche, Tuberkulose, Scharlach, Diphtherie ꝛc. ausgeschlossen. Keimlos (steril) gemachte Berner Alpenmilch verhütet bei richtiger Verabreichung auch bestmöglichst die mit Recht gefürchteten Magendarmstörungen, den Brechdurchfall oder die Kleinkinderdiarrhoe, denen sonst so viele Säuglinge noch immer unterliegen. Zur Bekämpfung dieser, bei anderer unzweckmäßiger oder schlecht vertragener Nahrung schon eingetretenen Leiden der Verdauungswege ist sie ebenfalls oft recht schätzbar.

Der Gewinnung und der Sterilisation der Berner Alpenmilch wird die peinlichste Sorgfalt zugewendet. Die Milchgewinnungsanstalt liegt in derjenigen Gegend der Schweiz, die herrliche Alp-Weiden und Kühe der besten

Digitized by Google

Viehrasse besitzt, daher auch eine sehr kräftige Milch liefert.

Die Kühe, von welchen das zu sterilisierende Produkt stammt, werden einer stetigen, durch Inspektoren der Gesellschaft ausgeübten Kontrolle unterworfen: kranke oder nicht reinlich gehaltene Tiere schließt man strenge aus. Die Milch fällt beim Melken in Gefäße, die von der Gesellschaft geliefert, gereinigt und jedesmal vor dem Melken im Wasserdampfe gründlich sterilisiert werden. Die Sterilisation der Milch selbst findet sofort nach dem Melken statt, so daß die wenigen Bakterien und Keime, welche sich etwa vorfinden könnten, getötet werden, bevor sie Zeit haben, sich zu entwickeln. Es ist dies ein entschiedener und sehr bedeutender Vorteil gegenüber den Anstalten, die in neuerer Zeit in den Städten die Milchsterilisation vornehmen.

Für das Sterilisationsverfahren selbst sind alle Erfahrungen und wichtigen Patente verwertet worden, und ist dasselbe heute, nachdem es eine große Vervollkommnung im Schoße der Gesellschaft selbst gefunden hat, wohl eines der besten und zuverlässigsten, welche überhaupt existieren.

Nach jenem Verfahren dauert die Sterilisation der Milch nicht länger als 20 Minuten. Es erleiden dabei weder Fett noch Eiweißkörper nachteilige Veränderungen.

Verwendung der Berner Alpenmilch als Kindermilch.

1. Aufbewahrung. Die Milch soll an möglichst kühlem, von der Sonne geschütztem Ort aufbewahrt werden.

   Zwölf Stunden nach Oeffnung der Flasche darf ihr Inhalt nicht mehr als Säuglingsnahrung Verwendung finden.

2. Prüfung der Milch. Vor Oeffnung jeder Flasche schüttle man dieselbe kräftig zur Verteilung des Rahmes und prüfe sie auf das Vorhandensein des luftleeren Raumes.

   Man ergreife hiefür die Flasche mit der linken Hand, Hals nach unten, und führe mit dem Handballen der rechten Hand einen herzhaften Schlag auf die Kante des Bodens aus. Der hiedurch entstehende harte, metallische Ton beweist das Vorhandensein des luftleeren Raumes und damit die richtige Konservierung des Inhaltes.

   Jede uneröffnete, plombierte Flasche, welche diesen Ton nicht hat, wird zurückgenommen.

3. Verdünnungsgrade. Neugebornen Kindern soll die Berner Alpen-Milch nicht unvermischt, sondern in derjenigen Verdünnung mit reinem, gekochtem Wasser gegeben werden, welche man je nach dem Kindesalter als zuträglich erachtet.

Folgende Tabelle wird von Aerzten empfohlen und hat sich in der Praxis wie in den Kinder-Spitälern bewährt.

	Milch	gekochtes Wasser oder Schleim
Zirka 1–4 Lebenswochen*)	1 Teil	3 Teile
„ 5–12 „	1 „	2 „
„ 13–24 „	1 „	1 „
„ 25–36 „	2 „	1 „
Von da an ganze Milch		

Die Berner Alpenmilch ist sehr reich an Fettgehalt, reicher als gewöhnliche Milch. Sie ist deshalb auch nahrhafter.

Die Ausscheidungen von Rahm, welche sich in der Milch zusammenballen, sind nichts Nachteiliges. Sie zerfließen gewöhnlich vollständig, wenn die Flasche zirka zehn Minuten in warmes Wasser gestellt wird.

Das Auflösen dieser Fettbestandteile ist unerläßlich, damit dem Kinde stets eine gleichmäßig fette Milch verabreicht wird.

Es ist sehr wohl zulässig, die Milch nach starkem Schütteln in der Flasche, ohne sie zu erwärmen, mit dem heißen Wasser gemischt, dem Kinde lauwarm zu geben.

Keinenfalls soll die Milch wieder zum Sieden gebracht werden.

Beim Entwöhnen des Kindes von der Mutterbrust muß anfänglich mehr verdünnt werden, als auf der Tabelle angegeben ist. Erst nach 2 bis 3 Wochen werde der Wasserzusatz auf das in der Tabelle angegebene Maß vermindert.

4. Milchzusätze. Man setze in den ersten drei bis vier Lebensmonaten der Milch etwas Milchzucker zu, etwa eine Messerspitze voll auf eine Portion.

   In vielen Fällen wird zur Verdünnung mit Vorteil ein dünner Hafer-

*) Bei schwächlichen Kindern muß oft die Verdünnung von 1 : 4 genommen werden.

Digitized by Google

oder Gerstenschleim verwendet werden können.

5. Erwärmen der Milch. Man achte darauf, daß die Kindernahrung bei der Verabreichung die Körperwärme, d. h. 37 Grad Celsius, habe.

Die Berner-Milch muß langsam erwärmt werden, denn bei plötzlicher Erhitzung zerfließen die Fettbestandteile zu gelblicher Butter, welche vorkommenden Falls mit einem Löffel entfernt werden kann.

6. Quantität jeder Kindermahlzeit. Hierüber läßt sich nicht eine für alle Fälle gültige Regel aufstellen; man muß auch hier den Erfolg beobachten und sich darnach richten.

Als allgemeiner Grundsatz kann folgendes gelten:

1. Monat:	80	Gramm	pro	Mahlzeit	oder	5—6	Eßlöffel voll
2. „	120—160	„	„	„	„	8—11	„ „
3. „	130—180	„	„	„	„	9—12	„ „

Vom 4. Monat an entsprechend mehr nach Bedürfnis des Kindes.

Dr. med. Dick in Bern schreibt hierüber folgendes:

„Man wird in den meisten Fällen „nicht fehlgreifen, wenn man die zu „verabreichende Portion etwas größer „macht, als die Tabelle es vorschreibt, „so daß das Kind beim Trinken etwas „in der Flasche übrig läßt. Man hat „dann die Gewißheit, daß es sich satt „getrunken hat und für 2 bis 3 „Stunden*) wieder ruhig ist, ohne daß „man dabei große Gefahr läuft, daß „das Kind zuviel auf einmal nimmt, „da dasselbe von selbst zu trinken auf„hört, wenn es satt ist. Sollte auch „ein Kind einmal etwas zu viel trinken, „so ist es demselben jedenfalls weniger „unzuträglich, als wenn dasselbe zu „wenig bekommen hat und dann nach „einer Stunde, da es zu schreien an„fängt, schon wieder zu trinken erhält: „auf diese Weise kommen die Ver„dauungsorgane gar nie zur Ruhe."

7. Beobachtung der Erfolge. Man kontrolliere mit der Wage alle 8—14 Tage die Gewichtszunahme des Kindes und beobachte stetsfort das Verhalten des Darmkanals, d. h. das Aussehen des Stuhlganges. Ist Neigung zu Durchfall vorhanden, so verwende man zur Verdünnung leichten Gerstenschleim, tritt dagegen Verstopfung ein, so wird am besten dünner Haferschleim gebraucht.

In Bezug auf die Verdünnung ändere man nie plötzlich, sondern nur allmälig, je nach der Verdauungsfähigkeit des Kindes.

Treten Störungen in der Verdauung ein, so muß die Milch wieder mehr verdünnt werden (s. oben).

8. Hauptsache für das Gelingen der künstlichen Kinderernährung ist peinliche Reinlichkeit.

Es ist von Wichtigkeit, daß das Wasser, mit welchem die Milch verabreicht wird, immer rein und gut gekocht sei, und daß die Saugflasche in äußerst sauberem Zustand sich befinde.

Es sei den Müttern und Kindswärterinnen ans Herz gelegt, daß alle Saugflaschen mit Schläuchen aus Kautschuk oder langen Röhren aus Glas nichts taugen und keinesfalls angewendet werden dürfen. Dieselben können nicht so gründlich gereinigt werden, daß sie nicht Mikroben (Gährungskeime) enthalten, ja in den meisten Fällen werden sie eine eigentliche Brutstätte bilden für Krankheitsstoffe, welche die zarte Gesundheit des Säuglings bedrohen. Die Saugflaschen müssen nach jedem Gebrauch ausgewaschen und ferner täglich wenigstens einmal in siedendem Wasser sterilisiert werden.

Einmal aus der Flasche ausgegossene Milch darf nicht wieder in dieselbe zurückgeschüttet, überhaupt nicht wieder zur Kindernahrung verwendet werden.

Was in den Saugflaschen übrig bleibt, verabreiche man nie später dem Kinde.

*) Im allgemeinen ist es am besten, die Nahrungspausen schon etwa 14 Tage nach der Geburt 3 Stunden lang dauern zu lassen und sie konsequent einzuhalten. (Red.)

Digitized by Google

Wie verhütet man Krankheiten?*)

Bedingungen zu einem langen und gesunden Leben. Die natürlichen Bedingungen zu einem langen und gesunden Leben sind: Ernährung des Kindes mit Muttermilch. Stärkere Beachtung der körperlichen als der geistigen Ausbildung der Jugend. Reine Luft, reines Wasser, reine Nahrung. Lockere Kleidung. Nicht übertriebene körperliche und geistige Arbeit. Wohnung, zu der Sonne und Luft freien Zutritt haben. Regelmäßige Entfernung aller verbrauchten Stoffe aus dem Körper. Waschen und Baden des Leibes und häufiges Wechseln aller Kleidungsstücke. Bezähmen der natürlichen Leidenschaften, dieser geistigen Fieber. Ständige geistige und körperliche Beschäftigung. Bewegung in freier Luft. Mäßigkeit im Essen und Trinken. Kopf kühl, Füße warm! Man meide Zugluft, schroffen Temperaturwechsel und bei erhitztem Körper den kalten Trunk. Man trinke nicht nach Aerger und heftigen Gemütsbewegungen.

Augen. Zur Schonung deiner Augen merke dir folgendes: Unmäßiger Genuß geistiger Getränke und übermäßiges Tabakrauchen bedroht das Sehvermögen, und eine Brille auf den Mund wäre oft nötiger, als eine auf die Augen. Die meisten „Blindgebornen" sind mit gesunden Augen zur Welt gekommen, aber infolge einer, in den ersten Tagen vernachlässigten Entzündung mußten sich ihre Augen zur ewigen Nacht schließen. — Das Kind fange nicht frühe mit dem Lernen an, die Schulzeit ist dazu noch lang genug. Zu manchem Kopfweh gibt nicht der Magen, sondern das Auge Anlaß. Beim Lesen, Schreiben, und weiblichen Handarbeiten soll das Licht von links einfallen. In der Dämmerung und Zwielicht lies und schreibe nicht. — Bewahre das Auge vor Zugluft. — Waschen mit klarem Wasser stärkt die Augen. Ist ein Körnchen, Asche ꝛc. ins Auge gedrungen, so träufle etwas Olivenöl ein. Das entfernt den eingedrungenen Störefried (freilich nicht immer! Red.). Experimentiere aber am Auge wenig herum, es ist gar zu kostbar und zu empfindlich.

Baden. Das Baden unterlasse man bei heftigen Gemütserregungen, nach durchwachten Nächten, bei Unwohlsein, nach Mahlzeiten, nach Genuß geistiger Getränke. Rheumatiker, Herzkranke, Epileptische (mit fallendem Weh Behaftete) sollten nie im freien Wasser baden.

Bewegung. Eine halbe Stunde Turnen nützt mehr, als zwei Stunden Spazierengehen. Zwei Drittel der gesamten Muskelmasse entfallen auf die Beine, drum wirken alle Turn- und Laufspiele so energisch auf den Stoffwechsel. Regelmäßige und verständige Bewegung verleiht den Muskeln Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Geschmeidigkeit.

Blut. Bewegung und mäßige Körperarbeit kräftigen das Herz; übermäßige Anstrengungen, große Gemütserregungen, aufregende Getränke, Erkältungen fügen ihm schweren Schaden zu. — Bei Behandlung von Wunden (blutende Verletzungen) gilt als erste Regel — Reinlichkeit. Drum berühre Wunden nie mit den Fingern, wasche sie nie mit Schwämmen, verwende nie Feuerschwamm, Spinngewebe oder alte Charpie. Ist die Wunde verunreinigt, so spült man sie mit gekochtem Wasser oder 2 % Lysollösung. Leichte Wunden heilen meist rasch unter einem Heftpflaster, größere schützt man vor Verunreinigung durch eine Binde oder ein Verbandtuch. Um Wunden verbinden zu können, kaufe man in der Apotheke für 15 Rappen eine Verbandpatrone, die nur steriliſiertes Material enthält. Nasenbluten wird durch jeden Blutandrang zum Kopf verstärkt. Also beuge den Kopf nicht hinunter, lüfte enge Kragen, schnupfe kaltes Wasser mit Citronensaft und lege auf Kopf und Nacken kalte Kompressen.

Essen und Trinken. Wie sollen wir essen und trinken? Rückert sagt:

Thu deinem Magen nichts zu gut,
Er ist ein undankbarer Gast.
Wer ihm am meisten gütlich thut,
Dem fällt am schwersten er zur Last.

Regelmäßige Mahlzeiten, immer zu bestimmten Stunden genommen, stillen am besten den Hunger. Iß nicht außer der Zeit, auch nicht zu schnell, denn gut gekaut, ist halb verdaut. Wenn's am besten schmeckt, soll man vom Essen aufstehen. Vor das Gut der Gesundheit

*) Die unter diesem Titel veröffentlichte alphabetisch geordnete Artikelserie ist in dem „Schweizer. Gewerbekalender" für das Jahr 1901 veröffentlicht und von einem Arzt geschrieben worden. Gerne erfüllen wir den an uns gerichteten Wunsch der Verlagsfirma Büchler & Co. in Bern, wir möchten den belehrenden Aufsatz auch in diesen Blättern unter Quellenangabe reproduzieren. Die Quelle, obengenannter Kalender (Preis in Leinwand Fr. 2.50, in Leder 3 Fr.) verdient in vollem Maße die ihm vom „Schweiz. Gewerbeverein" zuteilgewordene Empfehlung. Red.

Digitized by Google

setzen die Götter das Maß. Genügsamkeit hat die Zufriedenheit zur Frucht. Zank und Aerger um die Essenszeit wirken so übel, wie ein mit Nadeln gespickter Bissen.

Gehör. Zur Schonung des Gehörs merke man sich folgendes: die Ohrmuscheln sind fleißig zu waschen und die Gehörgänge vorsichtig zu reinigen. Beim Baden verhüte man es, daß Wasser in den Gehörgang eindringt. Erkältungen, heftiger Luftzug, Schallerschütterungen, Küsse aufs Ohr, Ziehen der Ohrmuscheln und Ohrfeigen sind dem Ohr (besonders des Kindes) schädlich. Eingedrungene Insekten sind durch Einträufeln von warmem Olivenöl zu entfernen.

Geselligkeit ist ein lebensverlängerndes Mittel. Ohne den Verkehr mit Seinesgleichen würde der Mensch verkümmern. Ohne Geselligkeit ist weder Zivilisation des Geistes, noch moralische Entwicklung, noch Kultur des Leibes möglich.

Hautpflege. „Wer sich morgens nicht wascht, der sieht untertags den Teufel", sagt das Sprichwort, und ein anderes: „Baden ist mehr als Waschen". Das Wesen der Hautpflege besteht wirklich in vollkommener Reinigung der Haut durch Waschen und Baden und Abreibungen. Eine Art trockener Abreibung besorgen unsere Unterkleider und die Bettwäsche. Es ist erst hundert Jahre her, daß bei uns Hemden allgemeiner getragen werden, und wie viele begnügen sich damit, ihre Wäsche statt ihrer Person ins Bad zu schicken. Gesundheit und Schönheit der Haut wird bedingt durch allgemeines Wohlbefinden. Bleichsucht macht wachsweiß, Leberleiden gelb, Trunksucht aufgedunsen. Eine Schmutzkruste auf der Haut verhindert nicht nur eine Hautatmung und Ausdünstung, sondern erleichtert auch Erkältungen und nährt Milben und Mikroben.

Gönne deinem Körper täglich eine vollständige Abreibung mit 20—32 Grad Celsius warmem Wasser, wöchentlich ein Reinigungsbad von 32—35 Grad Celsius, bei dem die Seife nicht gespart wird, und öfter ein kaltes Bad von 5 Minuten Dauer, das den Appetit fördert.

Kinder. Ein lernendes Kind darf nicht mit verschiedenen Unterrichtsgegenständen auf einmal beschäftigt werden, es schwächt die Geistes- und Körperkraft und frühzeitig erzwungene Klugheit führt fast immer zu späterer Geistesstumpfheit.

Zeigen Kinder ein mißmutig gereiztes Wesen, ein Zurückbleiben in der Entwicklung, so kann unter andern Ursachen auch Ueberbürdung zu vermuten sein. Dagegen helfen Verminderung der freien Unterrichtsgegenstände, wie Klavierspielen, Malen, Abrüstung hinsichtlich Zahl der Schulstunden und Menge der Hausaufgaben, rechtzeitiger Beginn der häuslichen Arbeiten am Abend, Ueberwachung der Lektüre, Vermeidung von Theater- und Konzertbesuch, Sonntagsspaziergänge, Jugendspiele (aber nicht Seilhüpfen bei Mädchen) einfache Kost, kein Alkohol, Erziehung zu frühzeitiger Selbstbeherrschung.

Bei seitlicher Verkrümmung der Wirbelsäule und hoher Schulter (90 % der Fälle kommen bei Mädchen vor) vergegenwärtige man sich die Ursachen des Leidens: Aufpäppeln mit Brei, schlechte Luft, unzweckmäßige Kleidung, mangelhafte Hautpflege, zu wenig Erholung, nachlässiges Schreibsitzen, wenig Willensenergie in der Haltung. Wirkt man, unterstützt vom Arzt, dem „Verwachsen" in seinen Anfängen entgegen, so wird man ihm Meister.

Kleidung soll uns vor Abkühlung und Nässe schützen; sie dient nicht zum Putz, sondern zum Schutz, nicht der Mode, sondern der Gesundheit. Ein Kleid, das wärmt und schützt, ist besser, als eins das glänzt und ritzt. Schutz gegen die Kälte bietet uns weniger der Stoff des Gewandes, als die Luft in den Poren der Gewebe und zwischen den einzelnen Kleidungsstücken. Wer gut gekleidet, ist halb genährt; denn der Körper verliert weniger Wärme, braucht also auch weniger Heizung. Blutumlauf und Atmung sollten nicht durch Knie- und Hüftgürtel, Rockbänder, Schnürleiber, Halsbinden, Kragen gestört werden. Kinder dürfen nicht zu warm gehalten, aber auch nicht durch übertriebene Abhärtungsversuche der Erkältung ausgesetzt werden.

Luft. Das wichtigste Nahrungsmittel ist die Luft und Atmen das wichtigste Geschäft in unserem Organismus. Wir essen täglich in 3—5 Malen etwa 3 Liter feste und flüssige Nahrung, brauchen aber in 24 Stunden 12,000 Liter oder 15 Kilo Luft. So gut sich der Mensch aufs Essen versteht, so schlecht in der Regel aufs Atmen. Geschlossener Mund erhält gesund. Alle Beschäftigungen, welche tiefe Atmungen erfordern,

Digitized by Google

sind von großem Werte, so lautes Sprechen, Singen, Turnen, mäßiges Radfahren, Bergsteigen. Lachen ist eine der gesundesten physiologischen Verrichtungen. Schlafzimmer sollten so gut gelüftet werden, daß man am Morgen nicht am Geruch wahrnimmt, ob jemand im Zimmer geschlafen habe. Lampen lösche man außerhalb des Wohnzimmers und lasse sie während der Arbeit stets mit voller Kraft brennen. In einem Fingerhut voll Straßenluft sind mehr als 200,000 Stäubchen; eine gute frische Luft gibt's nur im Freien. Unter allen Geschöpfen ist der Mensch am wenigsten dazu geeignet, in großen Haufen zusammen zu wohnen, und große Städte sind offene Gräber der Menschheit.

Luftänderung. Für Nervöse und Müde ist eine Luftänderung oft das wirksamste Heilmittel, einmal wegen der Reinheit der Luft, sodann wegen der Bewegung im Freien, dem Genuß der Naturschönheiten, aber auch wegen dem Herausreißen aus den alten Verhältnissen und dem Ueberführen in die Ruhe einer neuen Umgebung.

Lunge. Bei Tuberkelanlage atme man so viel nur immer möglich frische Luft; selbst rauhe schadet nicht; nur vermeide man scharfe, schneidende Winde, hüte sich vor raschem Wechsel der Hitze und Kälte, mache sich viel Bewegung in freier Luft bis zu leichter Ermüdung.

Medizingebrauch. Viel Medizingebrauch ist oft nachteilig. Die Lebenskraft ist die wahre und natürliche Heilkraft. Tritt eine Unpäßlichkeit auf, so esse man nichts, trinke Wasser, arbeite nicht und lege sich zu Bette, denn Ruhe, Bettwärme und Hunger schneiden mancher beginnenden Krankheit die Nahrung und das Terrain ab. Fühlt man sich fieberhaft erhitzt, so trinke man Zuckerwasser mit etwas Citronensaft, fröstelt die Haut, so dient Pfeffermünz- oder Fliederthee. Tritt nach zwei Tagen *) kein Gefühl der Erholung ein, dann hört das Recht der Selbsthülfe auf, und man schicke sofort zum Arzt.

Mund und Zähne. Eine regelmäßige Mund- und Zahnpflege ist für das Wohlbefinden unerläßlich. Reinige die Zähne nach jeder Mahlzeit, am besten mit lauwarmem Salzwasser. Gurgle dabei auch, um die hintern Teile der Mundhöhle zu erreichen. Gewöhne auch die Kinder frühe daran, sich den Mund auszuspülen. — Jede Zahnlücke bedeutet einen Mangel im Organismus. Ein plombierter eigener Zahn ist immer noch besser, als ein künstlicher. Scharfer Essig, reichlicher Genuß von Zucker und Zerbeißen harter Kerne ist den Zähnen schädlich. Wenn kalte Speisen oder Getränke ziehenden Schmerz in einem Zahne verursachen, so gehe man zum Zahnarzt.

Nerven. Mangel an Thätigkeit ruft ebensowohl der Nervenschwäche, als geistige oder körperliche Ueberanstrengung. Der geistige Arbeiter erstrebe einen mannigfachen Wechsel der Thätigkeit und vernünftige Anwendung von Ruhe und Erholung. Länger als zwei Stunden sollte eine bestimmte Richtung geistiger Arbeit nicht andauern. Die Erholung sollte nicht dem Geist oder dem Körper neue Strapazen auferlegen. Die vollendete Erholung ist der Schlaf. Seine Dauer richtet sich nach Alter, Arbeit und Gesundheitszustand. Je mehr geistige Arbeit, desto mehr Schlaf. Zu langes Schlafen macht träge, zu wenig Schlaf bewirkt Nervosität, Abgespanntheit. Das Bett kann auch zum Nest von Krankheit werden, Federbetten besonders. So lange der Körper im Wachstum begriffen, ist das Bedürfnis nach Schlaf viel größer, als beim erwachsenen Menschen. Der Nervenschwache soll früh zu Bett und früh und schnell aufstehen. Mit Nervenschwachen habe ihre Umgebung Geduld, gehe fürsorglich auf ihre Beschwerden ein und halte alle schädlichen Einflüsse und Aufregungen fern.

Obst-Genuß wirkt blutverdünnend, fördert die Verdauung, entwickelt Wärme, erleichtert den Stuhlgang und die Ausdünstung der Haut, ist also in allen Teilen zu empfehlen.

Radfahren. Uebermäßiges Radfahren führt zu einer Erweiterung des Herzens und zu einer Schädigung der Atmungsorgane. Es kann namentlich in den Jahren des Wachstums schwere, bleibende Folgen nach sich ziehen. Das Radfahren ist im allgemeinen nur demjenigen zu empfehlen, dessen Organe vollkommen gesund sind oder der eine Entfettungskur machen will.

Reisen ist ein Mittel der Gesundheit, besonders Reisen zu Fuß. Das Gefühl der Ermüdung ist dabei die Naturmahnung zur Ruhe. Wollene Strümpfe und allabendliche

*) Es gibt aber genug Fälle, wo sofortige Beratung des Arztes nach Beginn einer Erkrankung sehr wichtig und nötig ist. Hierzu gehören chirurgische Leiden, ansteckende Uebel etc. Besser öfters zu früh ohne Not, als einmal zu spät den Arzt bemühen. Red.

Digitized by Google

Waschung der Füße mit Branntwein erhalten marschfähig.

Schlaf. Zwei Stunden Schlaf vor Mitternacht, erquicken mehr, als acht Stunden am Tage. Nervöse Personen thun gut, am Mittag eine kurze Siesta zu halten. Frühaufstehen ist das beste Gegenmittel gegen die Folgen einer durchwachten Mitternacht. Schlafen bei offenem Fenster ist anzuraten, erheischt aber Vorsicht; die Nachttoilette muß danach eingerichtet werden; Unterleibchen anziehen!

Kunst, Zeit zu haben und richtig zu arbeiten. Ueber die Kunst, Zeit zu haben und richtig zu arbeiten, sagt Prof. Hilty: „Gewöhne dich an regelmäßige Arbeitszeit und sechs Arbeitstage. Mache keine langen Vorbereitungen mit Zeit, Platz, Lust und Stimmung. Das Erste und Schwerste ist, anfangen zu können, seinen Geist auf eine Sache zu richten. Nütze auch die kleinen Arbeitspausen, die Viertel- und Halbstunden gut aus, vertändle sie nicht. Mache alles gleich recht, nicht bloß provisorisch. Verbanne alles Unnütze aus deinem Leben."

Arbeit, die nur aus Pflichtbewußtsein gethan wird, ist wie ein Bleigewicht. Wird sie mit Schaffensdrang vollbracht, mit Aussicht auf Erreichbarkeit des Zieles, so hat sie eine wunderbar stärkende Kraft. — Eine große Lebenskunst ist es, die Arbeitsleistung den Aenderungen der Leistungsfähigkeit, wie sie das vorschreitende Alter bedingt, anzupassen.

Der Alkohol als Hindernis der Akklimatisation der Europäer in den Tropen.

In seinem sehr interessanten Vortrag über „die Akklimatisation der europäischen und insbesondere der germanischen Rasse in den Tropen und ihre hauptsächlichen Hindernisse" (Leipzig 1900) kommt Dr. F. Wulffert u. A. auch auf den Alkohol zu sprechen, indem er sagt:

„Die Akklimatisationstüchtigkeit der Europäer in den Tropen ist bekanntlich unter einander sehr verschieden. Nach der Virchow'schen Skala stehen am schlechtesten die Deutschen; dann kommen die Nordfranzosen, darauf die Provençalen, die Spanier, die Portugiesen, die Malteser und schließlich als die tüchtigsten die Semiten. (Warum ist von den Engländern, diesen eifrigen Kolonisten, nichts erwähnt?)

Was dann die Lebensgewohnheiten der Völker angeht, so ist es nach dem Urteil der meisten Autoren vornehmlich die Trinksitte, die dem Europäer und besonders dem Deutschen die Anpassung an die Schädlichkeiten des Tropenklimas in hohem Maße erschwert oder unmöglich macht.

Kurz und klar erklärte Buchner auf dem Internationalen Hygienekongreß zu Wien im Jahre 1887:

„Der Alkoholgenuß unter den Tropen ist ein formelles Hindernis für die Akklimatisation."

Der französische Tropengesundheitslehrer Navarre spricht sich über diesen Gegenstand in folgender Weise aus:

„Ohne irgend welche Bedenken können wir sagen, daß jeder Mensch, welcher sich ernstlich mit all seinen Mitteln organischer Widerstandskraft dem Angriff der tropischen Sonne entgegenstellen will, sich ein Gesetz absoluter Enthaltung von Alkohol und alkoholischen Getränken machen muß. Ja, die Enthaltung muß eine unbedingte sein!"

Treille, der bekannte Verfasser der im vorigen Jahre erschienenen „Principes d'Hygiene coloniale", stellt die Behauptung auf:

„Wenn die Araber, welche den Sudan erobert und ihre Herrschaft bis zu den Komoren im Osten, bis zum Kongo im Zentrum und bis zum Senegal im Westen ausgebreitet haben, Weintrinker gewesen wären, hätten sie sich nicht so vollkommen an das afrikanische Klima anpassen können, wie sie es gethan." Er behauptet weiterhin:

‚Wenn der Alkohol nicht so reichlich unter den heidnischen Negern der Westküste verbreitet worden wäre, würden wir heute nicht in der Lage sein, zu beobachten, mit welcher Schnelligkeit die Massen der Eingeborenen entarten, womit sie uns durch eine Gegenprobe die vollkommene Kenntnis der Gefahren des Alkohols in den äquatorialen Ländern auch für die akklimatisierten Rassen gewinnen lassen."

Hinsichtlich des Einflusses von Alkohol auf gewisse Körperthätigkeiten schreibt Dr. Kolb, früher deutscher Arzt in Britisch-Ostafrika:

„Die Schweißabsonderung ist beim Neger viel geringer als bei uns Europäern. Aber die Haut des Negers funktioniert nur schein-

Digitized by Google

bar anders als beim Europäer, denn nach einem 2jährigen Aufenthalt war auch bei mir die Schweißproduktion auf ein Minimum herabgesunken. Ich glaube allerdings, daß hierzu zwei Faktoren nötig sind, welche beim Karawanenträger zutreffen. Dies sind die gänzliche Enthaltung von Alkohol und die größte Einschränkung des Salzgenusses. Wir Europäer halten das Salz für einen unerläßlichen Bestandteil unserer Nahrung; in Afrika gibt es dagegen Völker, bei denen erwachsene Männer noch niemals Salz gesehen haben . . . Ich persönlich bin in Afrika Temperenzler, und nach meinen Erfahrungen hört das heftige Schwitzen auf, sobald man einige Monate ohne Alkohol und bei einem Minimalgenuß von Salz gelebt hat. Ich bin der festen Ueberzeugung, daß ein großer Teil von Afrika schon jetzt für den Weißen bewohnbar sein würde, wenn er sich des Alkohols enthalten könnte."

Wie erheblich der günstige Einfluß der vollkommenen Enthaltsamkeit von alkoholischen Getränken auf die gesundheitlichen Verhältnisse der Europäer in den Tropen ist, ergibt sich mit großer Klarheit aus der Krankheitsstatistik der englisch-indischen Armee während der letzten zwölf Jahre. Etwa der dritte Teil der europäischen Soldaten in Indien gehört dem großen „Enthaltsamkeitsverein der Armee" an, welcher im Jahre 1888 unter der Aegide des Lord Roberts gegründet wurde. Dieser etwa 25 000 Köpfe zählende enthaltsame Teil weist, auf die gleiche Kopfzahl berechnet, nur ein Drittel der Krankheitstage und die Hälfte der Hospitalaufnahmen gegenüber dem nicht abstinenten Teile auf.

Kadettenwesen: eine gesunde Leibesübung.

Die Betreibung der militärischen Vorübungen durch die Knaben der Mittelschule (besonders an den Kantonsschulen), das sog. Kadettenwesen, findet in der Schweiz eine sehr ungleiche Berücksichtigung in den einzelnen Gegenden. Für die Jugendgesundheitspflege, für Kräftigung des Körpers, Abhärtung und Charakter-Erziehung (Disziplin) ist es sicher von nicht zu unterschätzender Bedeutung. Im Feuilleton der „Neuen Zürcher Zeitung" hat ein alter Zürcher Kadett aus seiner Kadettenzeit nette Erinnerungen geschrieben und wehmütige Betrachtungen darüber angestellt, daß in Zürich die Pflege der militärischen Jugendübungen im Sinne eines wohlgeregelten Kadettenunterrichtes ausgestorben ist. Er wünscht dessen schon wiederholt ohne Erfolg angestrebte Wiedereinführung, die auch vom sanitarischen Standpunkte mancherlei Unterstützung verdient. Er schließt seine Ausführungen mit folgenden, von Begeisterung für die ausgestorbene Sache zeugenden Sätzen:

Es sei auf die seltsame Thatsache hingewiesen, daß das Kadettenwesen in der übrigen Schweiz, namentlich Mittel-, Ost- und Nordschweiz, in Blüte steht und bei der Jugend wie beim Volke beliebt ist. Wie kommt es nun, daß gerade in der Stadt und an der Kantonsschule Zürich das fehlt oder nicht möglich sein soll, was sonst überall gedeiht? Sind unsere Schüler so ganz anders, als diejenigen von Winterthur, Frauenfeld, St. Gallen, Chur, Aarau, Bern u. s. w.? Warum treten hier keine unübersteiglichen Hindernisse dem Kadettenwesen entgegen? Oder empfinden unsere Kantonsschüler weniger als andere das Bedürfnis der Abwechslung zwischen Schularbeit und geregeltem Vergnügen, werden sie in kleineren Abteilungen mächtiger begeistert für das gemeinsame Vaterland, als wenn sie im Waffenrock und bei klingendem Spiel und bei wehender Fahne im freudigen Stolz ins Feld rücken? Haben sie mehr Gelegenheit, in „Militärstunden" an Reinlichkeit, Ordnung und Disziplin sich zu gewöhnen, als wenn sie im Freien den sich darbietenden Versuchungen zur Willkür tapfer widerstehen? Oder verdienen nur diejenigen, die in andern Städten aufwachsen, durch das Tragen einer einfachen, aber schmucken Uniform ihre Ehre und das Ansehen der Anstalt, der sie angehören, zu verkörpern? Und sollte es in unserer großen Stadt wirklich so schwer sein, freiwillige oder Berufsinstruktoren zu finden, die mit der nötigen Fertigkeit auch den rechten Takt besitzen, die jüngsten Rekruten nach ihrer Eigenart zu behandeln? Wie viel mühsamer und langweiliger war einst die Arbeit des Instruktors und der Kadetten, da wir Stunden-

Digitized by Google

lang den alten „Schulschritt" einüben und die Ladung in „zwölf Tempo" durchmachen mußten! Aber auch das Publikum, mit Einschluß der Eltern der Kadetten hat durch die Auflösung des Corps vor zweiundzwanzig Jahren manches Vergnügen, manches fröhliche und dabei dem Aermsten wie dem Reichsten dargebotene Schauspiel eingebüßt. Wie war doch der Zürcher stolz auf seine Kadettenschar und mit welcher liebevollen Teilnahme folgte jedermannn ihren Uebungen und Märschen, welche freudige Blicke entlockte der Anblick des älteren Bruders dem jüngeren, wenn er sehnsüchtig der Zeit entgegensah, da er auch Kadett sein und das Gewehr tragen dürfe! Mag auch von vielen das Kadettenleben als eine bloße Spielerei angesehen werden, so liegt doch auch im edlen Spiel ein tiefer Ernst, wenn es geschickt angeordnet und in weisen Schranken gehalten wird, und selbst wenn für den Einzelnen wie für ein Volk Zeiten hereinbrechen, wo der Ernst das Spiel zurückdrängt, so bleibt dieses noch ein schätzbares Kleinod, das als angenehme Erinnerung den Greis neu belebt und verjüngt. Möge die Zeit kommen, in der man auch in unserer Stadt wieder ein Corps von jugendfrischen, gesunden, kräftigen und gewandten Kadetten sieht, die reich an Wissen und Können wahre Lebensfreude genießen und um sich her verbreiten. Nach allen den Wandlungen, die in den letzten fünfzig Jahren das Kadettenwesen Zürichs und im besonderen der Kantonsschule durchmachte, würde eine Rückkehr zu dem, was unsere Väter und Großväter ihren Söhnen und Enkeln als Erbteil hinterlassen haben, keineswegs einen Rückschritt, sondern einen Fortschritt bedeuten. Ein neues Kadettencorps, wenn es billigen Anforderungen der Gegenwart Rechnung trägt, wird sicherlich unter uns treue, begeisterte und weise Freunde finden, zugleich aber aufs neue uns allen den Kantonen und Gemeinden verbinden, die seit Jahren oder gar Jahrhunderten neben der religiös-sittlichen und geistigen Erziehung ihrer Jugend die rechtzeitige militärische förderten und stärkten.

Zur Verhütung der Verbreitung der Schwindsucht durch die Schulen

entnehmen wir einer neueren deutschen Polizeiverordnung betreffend ansteckende Krankheiten folgende Bestimmungen:

Seitens der Schulvorstände ist darauf hinzuwirken, daß

1) in den Schulzimmern, Gängen und auf den Treppenabsätzen eine genügende Zahl von Spucknäpfen in geeigneter Beschaffenheit*) (Wasserspucknäpfe) aufgestellt werde;

2) Lehrer und Schüler, welche mit einem chronischen oder verdächtigen Auswurf behaftet sind, sich zur Entleerung desselben der Spucknäpfe oder der sogenannten Dettweiler'schen Spuckfläschchen bedienen;

3) derartige Schüler möglichst in der Nähe der Spucknäpfe sitzen;

4) der Inhalt der Spucknäpfe täglich in die Abortsgruben entleert und die Näpfe jeden Tag möglichst gründlich mit heißem Wasser ausgespült werden.

5) für die regelmäßige feuchte Reinigung der Schulzimmer und Beseitigung des Staubes durch feuchtes Abwischen gesorgt, trockenes Auskehren und Abstäuben vermieden wird;

6) alle Schüler dahin belehrt und angeleitet werden, sich des Ausspeiens auf Fußböden in geschlossenen Räumen überall zu enthalten.

*) Zur Vermeidung des Umherspritzens der Wassertelchen ist täglich nur soviel Wasser einzuschütten, daß der Boden des Gefäßes bedeckt bleibt. Die Füllung mit Sand, Sägespänen, Holzwolle ist zu unterlassen.

Zur Verbreitung des „Tuberkulosemerkblattes" im Volke.

Wir haben in der letzten Nummer dieser Blätter unter der Ueberschrift „Verhütung der Schwindsucht" das vom deutschen Gesundheitsamt zur Belehrung des Volkes über jene so verbreitete Krankheit herausgegebene Tuberkulosemerkblatt mitgeteilt und den Wunsch ausgedrückt, es möchten auch unsere Gesundheitsbehörden, Ortsgesundheitskommissionen 2c. sich dessen Massenausbreitung in der Schweiz angelegen sein lassen. In

Digitized by Google

Preußen hat nun das Ministerium für das Gesundheitswesen folgende, auf die nämliche Maßregel in jenem Staate hinzielende Bekanntmachung erlassen:

Die Tuberkulose namentlich in Form der Lungenschwindsucht ist, wie bekannt, die verbreitetste und verheerendste aller Krankheiten; es gibt kein anderes menschliches Leiden, welches bis in die Neuzeit hinein Familienglück und Volkswohl in gleichem Maße geschädigt hätte. Die neuere ärztliche Wissenschaft hat indessen erkannt, daß die Krankheit, welche sie seither für unheilbar gehalten hatte, einer Besserung und selbst einer vollständigen Heilung sehr wohl zugängig ist. Nicht minder wichtig war die Erfahrung, daß die Verhütung der Tuberkulose d. h. der Schutz vor einer Uebertragung des Krankheitskeimes und die Vernichtung des letzteren durch verhältnismäßig einfache, mehr oder weniger Jedermann zu Gebote stehende Mittel gefördert werden kann.

Um diese Kenntnis in weiteren Schichten der Bevölkerung zu verbreiten, ist in dem kaiserlichen Gesundheitsamt unter dem Titel „Tuberkulose-Merkblatt" eine gemeinfaßliche Belehrung über das Wesen und die Bekämpfung der Lungenschwindsucht ausgearbeitet worden.

Indem ich auf dieses Merkblatt aufmerksam mache und dessen Verbreitung und Empfehlung für zweckmäßig erachte, bemerke ich, daß von dem Verlage von Julius Springer in Berlin N. 100 Exemplare desselben zum Preise von 3 Mark, 1000 Exemplare zum Preise von 25 Mark bezogen werden können.

Billige Volksbäder.

Im großen Stadtrat in Winterthur ist eine zeitgemäße Motion des Advokaten Dr. Benz betreffend Erstellung und Betrieb billiger Volksbäder in den größeren Quartieren zu wohlwollender Prüfung entgegengenommen worden. Der Motionsteller ging, um seiner Begründung das nötige Gewicht zu verleihen, bis zu den Griechen und Römern zurück, die für öffentliche Badeangelegenheiten in intensiver Weise gesorgt hätten. Auch im Mittelalter sei dies der Fall gewesen; speziell Winterthur hätte da Hervorragendes geleistet, wie der Chronist Troll recht einläßlich gemeldet habe. Heute gingen die Schulen und die großen Fabrikétablissemente voran — der Motionär nannte u. a. die Firma Gebr. Sulzer, welche letztes Jahr 37,000 Bäder abgegeben hat — und da dürfe die große Gemeinde nicht zurückbleiben. Mit Recht verwies Herr Dr. Benz auf die große gesundheitliche Bedeutung solcher Bäder auch für die Frauen. Es ist zu hoffen, daß der Stadtrat der Anregung die Würdigung schenke, die sie zweifellos verdient.

Gesunder Bodenbelag in Turnhallen.

In Turnhallen ist vor allem für Verminderung des schädlichen Staubes zu sorgen. Sind dieselben gut gebaut, reinlich gehalten, richtig gelüftet und möglichst staubfrei — im Winter auch zweckmäßig, wenngleich nur mäßig, geheizt — so wird man vom gesundheitlichen Standpunkte aus gegen sie vernünftigerweise weniger einwenden können, als es von manchen Seiten aus noch geschieht. Während der kalten Jahreszeit, bei uns also doch während Monaten, sind sie einfach unentbehrlich. Zur Staubverhütung verwendet man seit einigen Jahren in Turnhallen einen Bodenbelag aus gepreßtem Kork. Die neuern sechs Hallen in Zürich sowie die neueste in Winterthur haben alle jene Einrichtung, die als sehr empfehlenswert gilt.

Digitized by Google

Dr. Theinhardt's Kindernahrung

Leichtverdaulich, überaus nährend, knochenbild. Bewährt bei normaler u. gestörter Gesundheit der Kinder, spec. bei **Verdauungstörungen, Brechdurchfall, Rhachitis, Scrophulose.**
300 Gr. Fr. 1.85. 500 Gr. Fr. 2.85.

Vorrätig in den meisten Apotheken und Drogerien.
Litteratur, Analysen, Gratisproben durch G 27
Dr. Theinhardt's Nährmittel-Gesellschaft, Cannstatt (Wttbg.)

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. 69 G
Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.
Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas
sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.
M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am **Zürichsee.**

Kaiser
Friedrich Quelle
OFFENBACH
A. MAIN.

„Cito, tuto, jucunde"
ist das allgemeine ärztliche Urtheil über die mit dem **Natron-Lithion-Wasser** unserer Quelle erzielten Heilwirkungen bei Behandlung des **Harn-Apparates**, von **Steinleiden, Gicht, Rheumatismus** sowie allen **Störungen der Luft- und Verdauungswege.**
Harnsäure lösende u. harntreibende Wirkung
Angenehmer milder Geschmack. ←→ **Vom schwächsten Magen vertragen.**
Mit Kohlensäure verstärkt, unentbehrliches Tafelgetränk für Gichtleidende. — Literatur sowie Gratisproben gerne zur Verfügung Den Herren Aerzten berechnen wir Vorzugspreise
Erhältlich in den Mineralwasserhandlungen und Apotheken.

Hervorragendes Kräftigungsmittel

Eisen-Somatose (Somatose mit 2% Eisen in organ. Bindung) ärztl. empfohlen bei Bleichsucht. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.
Nur echt wenn in Originalpackung.

Für kurze Zeit ist in meinem
Sanitätsgeschäft
Limmatquai 96 in Zürich
ausgestellt: 50G

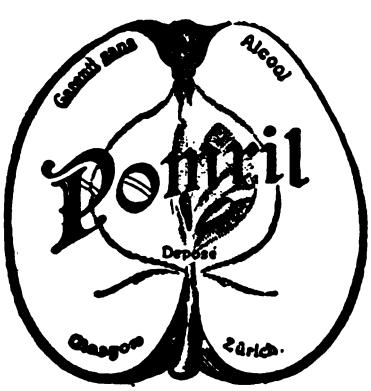
Krankenbett

mit Einrichtung zum Heben des Patienten ohne ihn zu berühren. Verstellbar für jede Lagerung: liegend, halbliegend, sitzend, hochsitzend, tiefsitzend.
Zu gefl. Besichtigung ladet höfl. ein
A. Geering-Beck
Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz"
Zürich und Winterthur.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

POMRIL,

ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.



Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velocipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.
Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.
Man erteile Probeaufträge an die 1950

POMRIL LIMITED Zürich
oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

---

Weisflog-Bitter 54G

hebt den Appetit, fördert die Verdauung, hindert die Magenversäurung.
Altstetten-Zürich **Dr. med. G. Weisflog's Witwe.**

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich **J. Jezler-Müller.**

Ein gewaltiger Fortschritt auf dem Gebiete der
MUND- und ZAHNPFLEGE

DAS ALLER- BESTE
KRÄUTER-MUND-& ZAHNWASSER.
SCHWEIZER-FABRIKAT.

Es desinfiziert und desodoriert ausgezeichnet und konserviert die Zähne.
Stark erfrischender langanhaltender Wohlgeschmack. — Zahlreiche (Zag S. 300) Atteste erster ärztlicher Autoritäten. 53G
Flacon Fr. 1 50 lange Zeit ausreichend, ist in Apotheken, Droguerien u. bessern Parfumerien erhältlich.

Morgen. **Kurhaus Bocken** Zürichsee.

den Herren Aerzten bestens empfohlen für Patienten mit Herzaffektionen, Nervosität, Blutarmut und Uebermüdung etc.

— Tiefste Stille. — Auge und Ohr beruhigende Naturscenerie. — — Leichte Spaziergänge und bequeme Ruheplätze. — 88 G
Telephon. — Das ganze Jahr offen. — Fuhrwerke.

Th. Schweizer.

Das beste
Abführmittel
ist laut zahlreichen Attesten **ärztl. Autoritäten** das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**
Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln
ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.*

Zwei Portionen feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten, Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.*

Zu haben in den
Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Orell Füssli, Verlag, Zürich.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett Preis 75 Cts.
Die Fehlgeburt „ 75 „
Den Frauen gewidmet von Prof. Dr. **Spöndly**, Hebammenlehrer in Zürich. G41
Die Krankenernährung und Krankenküche v. A. Drexler.
Diätischer Ratgeber. 90 Cts.
103 Rezepte Engl. Puddings u. Cakes f. die deutsche Küche.
Von **Anna Rieter.**
2. Auflage Fr. 1.20
Vorrätig bei **Th. Schröter's, Sortim. Zürich, Seidengasse 7.**

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. Dezember 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 22

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Ueber die körperliche Erziehung der Jugend. — Leibesübung und Verdauung. — Gewerbeinspektorinnen zur Förderung des schweiz. Gewerbegesundheitswesens. — Gesundheitszustand im Monat Oktober. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Oktober 1900 in Zürich Verstorbenen. — Staatsbeiträge für das Volksschulwesen. — Witterung im Oktober 1900. — Das Ende des Réaumur'schen Thermometers. — Gesetzgebung betr. Schutzpockenimpfung in der Türkei. — Neue Litteratur über Gesundheitspflege. — Inserate.

Ueber die körperliche Erziehung der Jugend.

Vortrag, gehalten am 21. Oktober 1900 in Menziken an der Generalversammlung der Kulturgesellschaft des Bezirks Kulm von Dr. Steiner, Reinach.

Die richtige Erziehung des Menschen besteht in harmonischer Ausbildung von Körper, Geist und Gemüt. Die Schule aber richtete bis jetzt ihr Augenmerk vorwiegend auf die Erziehung des Geistes und behandelte die körperliche Ausbildung recht stiefmütterlich.

Es ist begreiflich, daß die schädlichen Folgen einer so einseitigen Erziehung nicht ausbleiben. Sie machen sich zum Teil schon bei der Schuljugend bemerkbar als Zeichen der sog. Ueberbürdung: Die Kinder werden blaß, bekommen schlaffe Muskeln, magern ab, ermüden leicht, werden schlafbedürftig, sind unaufmerksam, teilnahmslos, klagen häufig über Kopfschmerzen. Jedem beschäftigten Arzt werden ab und zu solche kleine Patienten zugeführt.

Deutlicher ausgesprochen zeigen sich aber die nachteiligen Folgen mangelhafter körperlicher Ausbildung und damit meist Hand in Hand gehender geistiger Ueberanstrengung erst in späterer Zeit. Sie kommen nicht mehr dem Lehrer, wohl aber dem Arzte zu Gesicht und daher rührt es, daß sie von ersterem häufig in Abrede gestellt werden. Neben den allgemeinen Schwächezuständen, neben den eigentlichen Schulkrankheiten, der Kurzsichtigkeit und Wirbelsäuleverkrümmungen sind es hauptsächlich mannigfache Störungen des Nervensystems. Gerade die verschiedenen Nervenkrankheiten nehmen seit wenigen Jahrzehnten in außergewöhnlichem Maße überhand. Sie der Schule allein aufs Kerbholz schneiden zu wollen, wäre ungerecht. Verkehrte Lebensweise, die Hetzjagd nach Geld und Genuß, ungenügende oder unzweckmäßige Ernährung, reichlicher Alkoholgenuß tragen ihr redlich Teil dazu bei. Allein es ist ganz zweifellos, daß nur zu oft bei der Jugend, in der Schule, der Keim zu diesen Leiden gepflanzt wird.

Wie können wir dem abhelfen?

Kann vielleicht der Unterrichtsstoff verringert und die geistige Ueberanstrengung so verhütet werden? Das ist eine Frage, die der Pädagoge beantworten soll. Bis zu einem gewissen Grade wird es wohl möglich und der Ruf nach Abrüstung berechtigt sein. Auch wird eine gute Methodik des Unterrichts manche Erleichterung bringen. Allein eine große Summe von Kenntnissen ist eben heutzutage für jedermann notwendig, der sich mit Erfolg

Digitized by Google

durchs Leben schlagen will, eine viel größere denn früher und sie wird in Zukunft eher wachsen als abnehmen. Wenn aber das Kind oder später der Erwachsene ohne Nachteil für ihre Gesundheit den immer sich steigernden geistigen Anforderungen genügen sollen, dann muß von Jugend auf der Körper kräftig und widerstandsfähig gemacht werden. Eine richtige körperliche Ausbildung läßt die Strapazen geistiger Thätigkeit besser ertragen.

Diese Erziehung darf nicht erst mit der Schule anfangen. Es wäre zu wünschen, daß das Elternhaus der Schule eine kräftig entwickelte Jugend zuführt. Gleich nach der Geburt muß die richtige Körpererziehung beginnen. Der Säugling soll rationell ernährt, mit Milch aufgezogen werden. Dem Aufpäppeln der Kleinen, wie es auch heutzutage noch vielerorts üblich ist, muß ein schöner Teil der spätern Schwächlichkeit der Schullinder zur Last gelegt werden. Es ist hier nicht der Ort, auf die Einzelheiten der Kinderernährung einzugehen; ich möchte nur betonen, daß dieselbe vom 2. Lebensjahre eine gemischte sein soll, ähnlich wie beim Erwachsenen. Fleischnahrung ganz wegzulassen, wie das vielfach mit einer gewissen Wichtigthuerei geschieht, hat keine Berechtigung. Das ergeben wissenschaftliche Untersuchung und Praxis. Einfach und nahrhaft aber soll die Kinderkost sein. Gut gekochte Milch und Milchspeisen mögen in den ersten Jahren vorwiegen. Vor allem dürfen die stark erregenden Genußmittel, Thee, Kaffee, Alkohol, Gewürze den Kindern nicht verabreicht werden.

Durch anfänglich tägliche, später alle paar Tage vorzunehmende Bäder, sowie durch fleißige, kühle Waschungen ist für Reinhaltung des Körpers und Abhärtung zu sorgen. Indes möchte ich warnen vor Uebertreibungen in dieser Beziehung, wie sie jetzt sehr häufig unter dem Einfluß jener Gesundheitsapostel vorkommen, welche in dem kalten Wasser das Allerweltsheilmittel erblicken. Man sollte bedenken, daß der Mensch doch eigentlich kein Wassertier ist. Die Kleidung sei nicht zu warm, auch nicht zu eng, damit die Bewegungen nicht gehemmt, der Körper nirgends gedrückt wird.

Für reine Luft in Wohn- und Schlafzimmern ist zu sorgen. Gesunde Kinder sollen den größten Teil des Tages im Freien zubringen und nicht bei kühler oder regnerischer Witterung gleich ins Zimmer gebannt werden. Man lasse sie sich frei herumtummeln und spielen, gebe ihnen auch ab und zu eine nützliche Beschäftigung, z. B. im Garten, damit sie früh schon zur Arbeit erzogen werden. Mit ein paar Worten der Anerkennung mache man den Kleinen Freude und ermuntere sie zur Arbeit. Daß bei dem zarten kindlichen Organismus jede Ueberanstrengung zu vermeiden ist, brauche ich nicht zu betonen.

Zu irgendwelcher geistiger Arbeit würde ich im Interesse einer guten körperlichen Entwicklung ein Kind vor dem schulpflichtigen Alter nicht anhalten.

So mögen die ersten Jahre vergehen, bis das Kind der Schule übergeben wird. Der Staat übernimmt nun einen wesentlichen Teil der weitern Erziehung. Er zwingt die Eltern, die Kinder der Schule zu überlassen. Mit diesem Zwange übernimmt er aber auch die moralische Verpflichtung, für die Gesundheit der Schüler zu sorgen und die Eltern haben ein Recht darauf, zu verlangen, daß die der Schule anvertrauten Kinder durch dieselbe nicht Schaden an ihrer Gesundheit leiden. Ob die Behörden dieser moralischen Verpflichtung sich allezeit bewußt sind, möchte ich nach dem, was ich gesehen habe, bezweifeln. Man denke nur an den Zustand vieler Schulhäuser und Unterrichtslokale. Wohl sind Vorschriften da über den Neubau von Schulhäusern. Aber wie verhält es sich mit den alten Schullokalitäten, die Jahrzehnte lang bestanden und bestehen bleiben und oft jeglicher Hygiene Hohn sprechen? Wie steht es mit der Reinlichkeit, mit dem Reinigen der Schulzimmer? Die sanitarischen Bestimmungen sind an und für sich ungenügend und die vorhandenen scheinen vielfach da zu sein, um nicht gehalten zu werden.

Wie ist nun die körperliche Erziehung der Jugend im Aargau beschaffen? In den betreffenden Lehrplänen finde ich über den Gegenstand folgende Bestimmungen: Das Turnen beginnt mit dem 3. Schuljahr. In den Gemeinde- und Fortbildungsschulen beschränkt sich der Turnunterricht im Sommer auf 2, im Winter auf eine Stunde per Woche. Die Bezirksschüler haben im Sommer und Winter wöchentlich 2 Turnstunden, dazu kommen dann noch während des Sommers zwei Stunden Waffenübungen. Im ganzen sind also 1—2, in den Bezirksschulen im Sommer 4 Stunden für die körperliche Ausbildung vorgesehen,

Digitized by Google

gegenüber von 18—26 in Gemeinde-, 23—28 in der Fortbildungs- und bis zu 42 Stunden in der Bezirksschule, welche ausschließlich für die geistige Ausbildung verwendet werden.

Der Turnunterricht dauert jeweilen eine Stunde.

Gegen diese Vorschrift hätte ich, abgesehen davon, daß auf die Leibesübungen eine relativ viel zu geringe Stundenzahl verwendet wird, zunächst den Einwand zu erheben, daß es gewiß unrichtig ist, die körperlichen Uebungen so selten vorzunehmen und so lange dauern zu lassen. Wenn diese eine Stunde richtig ausgenützt wird, so dürfte die Anstrengung für viele Kinder eine zu große sein; es muß zu viel Muskelarbeit auf einmal und dann wieder erst in zu großen Zwischenräumen verrichtet werden. Vom gesundheitlichen Standpunkte aus müßte man verlangen, daß die Uebungen häufiger, täglich stattfänden, dann von kürzerer Dauer wären. So würde der Zweck des Turnens, die Muskulatur zu kräftigen, den Körper zu stärken und gelenkig zu machen, viel besser erreicht.

Mit dem Turnen möglichst früh, schon im 3. Schuljahr zu beginnen, halte ich für richtig. Es soll ebenfalls für Mädchen obligatorisch erklärt werden, denn man soll auch auf eine gesunde Entwicklung des weiblichen Körpers bedacht sein. Nur gesunde Mütter werden eine entsprechend kräftige Generation zur Welt bringen, und da der Gesundheitszustand der Mutter für die Nachkommenschaft von größerer Bedeutung ist, als der des Vaters, so haben wir allen Grund, für ein gesundes und kräftiges weibliches Geschlecht zu sorgen.

Der Turnunterricht möge im Anfange 2, später 3 Stunden oder zweckmäßiger 4, beziehungsweise 6 halbe Stunden betragen. So viel es angeht, soll er im Freien erteilt werden, nur bei ganz schlechtem Wetter im Turnlokal. Daß ein solches allen Anforderungen der Gesundheitslehre entsprechen, daß namentlich die Staubbildung nach Möglichkeit verhütet werden soll, versteht sich von selbst; denn es ist besser, gar nicht zu turnen, als mit jedem Atemzuge schlechte Luft einzuatmen.

Ueber die Methode des Turnens ist zu sagen, daß in den ersten Jahren vorwiegend Geh-, Lauf-, Spring- und Freiübungen, auch mit dem Turnstabe angezeigt sind. Kraftübungen, Turnen an Geräten passen nicht für den kindlichen Organismus und sollen erst in den obern Klassen, in der Bezirksschule, in den höhern Anstalten und auch da nur ausnahmsweise vorkommen. Künstler an Reck und Barren zu erziehen, ist nicht Aufgabe der Schule.

Das Turnen, wenn es in dieser maßvollen Weise geübt wird, hat einen segensreichen Einfluß auf den Körper und die Gesundheit, es bringt Kraft und Gewandtheit, beschleunigt den Stoffwechsel, gewöhnt an Ordnung und Disziplin. Wir haben nur *einen* Einwand gegen dasselbe: es ist ein Zusammenarbeiten von Körper und Geist, eine wirkliche geistige Erholung ist es nicht; denn wenn, wie das ja auch nicht anders möglich ist, auf Kommando geturnt werden soll, wenn Ordnungsübungen vorgenommen werden müssen, so ist die gespannte Aufmerksamkeit der Turnenden erforderlich und wird auch der Geist derselben angestrengt.

Mit einer Vermehrung der Turnstunden würde also die Geistesarbeit der Schüler noch gesteigert werden. Ich möchte daher empfehlen, auf das Turnen nur die kurze Zeit zu verwenden, die vorher angedeutet wurde, 4—6 Halbstunden in der Woche zur bessern Ausbildung des Körpers und zur Erholung von geistiger Arbeit, aber etwas anderes einzuführen, *die körperlichen Spiele*; ich meine Lauf-, Fang-, Ballspiele, Wettkämpfe. Das Spiel ist die natürlichste Leibesübung, es ist diejenige Körperbewegung, welche auch der Gesundheitspflege des jugendlichen Alters am besten entspricht. Es kräftigt in hervorragender Weise den Körper, bringt alle Muskeln zur Thätigkeit, nicht nur einzelne Gruppen, das Herz arbeitet energischer, die Blutzirkulation nach allen Organen wird eine regere, die Lungen werden gut durchlüftet, Hand und Auge geübt, der Körper wird elastischer und gewandter.

Doch nicht nur am Körper zeigt sich der wohlthätige Einfluß der Jugendspiele; er erstreckt sich auch auf Geist und Charakter. Der Geist wird lebhafter, erfinderisch. Mut, Entschlossenheit und Geistesgegenwart bilden sich bei den Spielenden aus. Geduld und Ausdauer müssen oft geübt werden, um Schwierigkeiten zu besiegen. Die Kinder werden daran gewöhnt, sich den Bestimmungen des Spiels unterzuordnen, sie lernen früh „als dienendes Glied dem Ganzen sich anschließen". So übt das Spiel eine gewisse Selbsterziehung. Nicht zu unterschätzen ist der Umstand, daß es zur Hebung der guten Sitte unter der Schul-

Digitized by Google

jugend wesentlich beiträgt. Man hat beobachtet, daß in Gegenden, wo Spiele in systematischer Weise gepflegt werden, durch die Schuljugend viel weniger Unfug geschieht.

Schließlich — und das betrachte ich als eine Hauptsache — begeistert das Spielen die Kinder, es verschafft ihnen Lust und Freude wie keine andere körperliche Uebung. Der Jugend aber Freude zu bereiten, wo es zu ihrem Nutz und Frommen geschehen kann, gehört auch zu den Pflichten des Erziehers.

Die Spielstunden müssen obligatorisch gemacht werden, wie die Turnstunden. Man zwinge im Anfang die Kinder dazu, die Lust kommt dann von selber. Natürlich sollen die Spiele der Auffassungsgabe, dem Alter und Geschlecht der Schüler angepaßt werden.

Damit der Zweck der Spiele erreicht wird, sind dieselben unter Aufsicht zu stellen. Die Kinder bedürfen der Anweisung und Leitung. Werden sie sich selber überlassen, so setzt es leicht Streitigkeiten ab. Indes muß der Beaufsichtigende nicht zu viel reglementieren wollen, die Spielfreiheit darf nicht eingeschränkt werden, sonst verlieren die Spielenden die Freude. Am besten würde die Leitung der Spiele von den Lehrern übernommen, welche dafür in entsprechender Weise zu honorieren wären. Die Lehrer lernen so die Kinder auch außerhalb der Schule kennen, was sicherlich nur eine Förderung des guten Verhältnisses zwischen beiden erzielt. An den Seminarien und an der Kantonsschule müßten dem Alter der Zöglinge entsprechende Spiele geübt und so das Interesse für die Sache geweckt werden.

Jede Gemeinde hätte für einen geeigneten Spielplatz zu sorgen, einen geräumigen, mit Rasen bepflanzten, mit Schattenbäumen umgebenen Platz in der Nähe der Schule, doch nicht an staubiger Straße gelegen, vor dem Winde geschützt.

Glauben Sie mir, wenn das Spiel in richtiger Weise gepflegt wird, so gibt es kein Mittel, welches mehr zum körperlichen Gedeihen unserer Jugend beiträgt, kein Mittel auch, welches die üblen Folgen der geistigen Ueberanstrengung, der Ueberbürdung, gründlicher und besser beseitigt.

Wenn wir die Pflege der Jugendspiele einführen und überall einbürgern, so sind wir damit nicht die ersten, welche das thun. In Deutschland, Oesterreich, Frankreich hat man diesem Unterrichtszweige an einzelnen Orten schon längst die gebührende Aufmerksamkeit geschenkt, ganz besonders aber in England, wo nicht bloß die Schuljugend, sondern auch Erwachsene die der körperlichen Gesundheit zuträglichen Spiele üben. Ganz gewiß trugen diese mit Sorgfalt betriebenen Leibesübungen zu der Ausdauer und Zähigkeit des Volkscharakters bei, mit der nun die Britten fast die halbe Welt erobert haben. Und wenn wir erst einen Blick in die Vorzeit werfen: Im alten Griechenland bildeten Spiele und gymnastische Uebungen einen hochwichtigen Teil der Erziehung und wurden gepflegt bis ins hohe Mannesalter. Harmonische Ausbildung von Körper und Geist waren dort der Grundsatz der Erziehung. Und welch herrliche Früchte zeitigte dieselbe! Sie schuf jenes an Körper und Geist gleich hoch entwickelte Volk, zu dessen glänzenden Leistungen in Kunst, Wissenschaft, im Staats- und Kriegswesen wir heute noch bewundernd aufschauen.

Daß auch die weltbeherrschenden Römer auf die körperliche Erziehung großen Wert legten, daß sie beispielsweise Ball-, Ring-, Laufspiele mit regem Eifer pflegten, ist bekannt.

Ebenso zeigten unsere Vorfahren, die Germanen, besondere Vorliebe für Leibesübungen und Wettkämpfe. Später, im Mittelalter, wurden dieselben nur noch von dem bevorrechteten Adel gepflegt in den Turnieren und Kampfspielen. Diese sorgfältige körperliche Ausbildung des Adels ist mit der Hauptgrund, daß derselbe so lange eine herrschende Stellung über die andern Stände einnahm.

Mit der richtigen Durchführung des Turnens und der Einführung der Spiele haben wir aber nicht alles gethan, was für die körperliche Ausbildung der Jugend geschehen sollte. Unter den körperlichen Uebungen, welche die Gesundheit fördern, nehmen auch noch eine hervorragende Stellung ein *das Baden und Schwimmen*, die überall, wo die lokalen Verhältnisse es gestatten, gepflegt werden sollten.

Die Jugend müßte in der warmen Jahreszeit regelmäßig zum Baden geführt und ihr das Schwimmen gelehrt werden. Eine Beaufsichtigung der Badenden wäre schon deshalb wünschenswert, damit jene Vorsichtsmaßregeln beobachtet werden, deren Außerachtlassen Leben und Gesundheit gefährdet. Selbstverständlich sollen nur gesunde Kinder den Schwimmunterricht besuchen. Für sie ist derselbe ein außer-

Digitized by Google

ordentlich gutes Mittel, Abhärtung und Widerstandskraft zu erzielen.

Warm empfehlen möchte ich der Jugend das Schlittschuhlaufen, das als eine der gesundesten körperlichen Uebungen zu bezeichnen ist. Es kräftigt den Körper, härtet ihn gegen Temperatureinflüsse ab, und ist fast die einzige körperliche Uebung, welche während des Winters im Freien durchgeführt werden kann. Durch Vermittlung der Behörden sollte sich ohne große Kosten in jeder Ortschaft ein genügend großer Landkomplex unter Wasser setzen lassen, um eine Eisbahn zu schaffen. Sehr zweckmäßig wäre es, wenn der Spielplatz so gewählt würde, daß er in der kalten Jahreszeit zur Schlittschuhbahn umgewandelt werden könnte.

Für den Tanzunterricht, wie er jetzt gelehrt wird, kann ich mich nicht erwärmen. In ungesunden, staubigen Lokalen, in beengender Kleidung geübt, häufig von Tanzlehrern erteilt, denen man doch nicht immer gern die Kinder anvertraut, ist der Wert des Tanzes, nur als Vorübung für den Ball gepflegt, ein recht fraglicher. Dagegen als Turntanzen durchgeführt, unter Trennung der Geschlechter, in gesunder Turnhalle, wäre es als eine sehr schöne und körperbildende Uebung wohl empfehlenswert.

Der militärische Unterricht, das Kadettenwesen, wird kaum anderswo so allgemein gepflegt, wie im Aargau. Viele Kantone besitzen es nicht oder haben es wieder abgeschafft. Man hat es als unnütze, teure Spielerei bezeichnet, mit Unrecht, wie ich glaube. Die Waffenübungen, wie sie bei uns betrieben werden, ohne viele theoretische Erörterungen sind gewiß eine gesunde körperliche Uebung. Sie werden viel mehr wie das Turnen mit Lust und Eifer von dem Knaben betrieben, wecken die Liebe zum Vaterlande, zum Waffenhandwerk und das darf man bei einer wehrhaften Nation, wie wir es hoffentlich sind und allezeit bleiben werden, nicht unterschätzen. Jeder, der einmal Kadett war, wird sich der Begeisterung erinnern, mit der er die militärischen Exerzitien mitmachte und jeweilen zu den Manövern ausrückte. Hegen und pflegen wir unser Kadettenwesen auch fürderhin, es wird unsern Jungen gut thun und nur schöne Früchte tragen! *)

Andere körperliche Uebungen, wie das Rudern, Reiten, Fechten, sind recht bildend für den Körper, doch lassen sie sich nicht allgemein einführen. Wo die Verhältnisse es gestatten, mag die Jugend darin unterrichtet werden.

Auf eine für Körper und Geist gleich heilsame Einrichtung lassen Sie mich noch Ihre Aufmerksamkeit hinlenken. Sie wird, wie ich mit Vergnügen bemerkt habe, von einzelnen Lehrern gepflegt, sollte aber noch mehr und allgemeiner in Aufnahme kommen. Ich meine die Schulausflüge. Sie dürften bei günstiger Witterung wöchentlich einmal stattfinden. Fußwanderungen in Gottes schöner Natur stärken die Gesundheit, erheitern das Gemüt und sind sonst sehr bildend. Da und dort findet der Lehrer Gelegenheit, an geschichtliche Ereignisse zu erinnern, geographische Bemerkungen anzubringen, naturgeschichtliche Beobachtungen zu machen. Das Kind lernt bei richtiger Wegleitung im Freien viel besser beobachten, als in der Schulstube, und was einmal das Auge in der Natur gesehen hat, vergißt sich nicht so leicht.

Zur Verschönerung dieser Ausflüge trägt wesentlich der Gesang bei, der durch Bildung der Stimme und des Gehörs und Kräftigung der Lungen überdies gesundheitsfördernd wirkt. Auf solchen Spaziergängen wird das gegenseitige Verhältnis zwischen Lehrer und Schüler ein innigeres, was nur begrüßt werden kann. Von nicht gering anzuschlagendem Wert ist es, daß man den Schüler auf den Ausflügen gewöhnen kann, gesundheitsgemäß zu leben, zu essen und zu trinken. Bei kleinern Ausflügen sollen die Kinder nur das genießen, was sie mitgebracht haben, bei größern möge man streng darauf achten, daß den Schulkindern keine alkoholischen Getränke verabreicht werden. Mag man über Totalabstinenz denken, wie man will, dem kindlichen Organismus Alkohol zuzuführen, selbst in ganz verdünnter Form, ist ein grober Unfug.

Das sind die Forderungen, welche ich für eine rationelle körperliche Erziehung unserer Jugend stellen möchte. Sie sind, wie sie mir zugeben werden, sämtlich und fast überall ohne große Opfer zu erfüllen. Am richtigsten wäre es, wenn die kantonalen Erziehungsbehörden der Sache sich annehmen würden. Wir könnten uns also an sie wenden. Doch

*) Wir unterstützen diese Begeisterung des Verfassers für das schöne und gesunde Kadettenwesen unserer Jungmannschaft auf das lebhafteste und bedauern die Abschaffung desselben, z. B. in Zürich. (Red.)

Digitized by Google

ist der Weg, zum Ziele zu gelangen, mühselig und steinig, und in unabsehbarer Zeit dürfte kaum etwas Ersprießliches dabei herauskommen. Viel eher erreichen wir etwas durch Privatinitiative und indem wir die Schulpflegen und Gemeindebehörden für die Sache zu gewinnen suchen, zunächst dadurch, daß wir sie aufklären, ihnen bestimmte Vorschläge machen über Errichtung von Spielplätzen, Schlittschuhbahnen, Anschaffung von Geräten 2c., dann, indem wir in den Gemeinden Komites gründen, welche die Sache an die Hand nehmen.

Angesichts der fortwährend ungünstigen Resultate der Rekrutierungen, der immer wiederkehrenden Notschreie wegen der Ueberbürdung in der Schule, der steten Zunahme derjenigen Krankheiten, welche auf mangelnder körperlicher Erziehung beruhen, glaube ich, man sollte ungesäumt ans Werk gehen und ich meine, es wäre ein verdienstvolles Werk der Kulturgesellschaft und Pflicht jedes Menschenfreundes, auf diese Weise zur Hebung der Volkswohlfahrt beizutragen.

Wer sehenden Auges die gesundheitlichen Zustände unseres Volkes beobachtet, weiß, wie viel da besser werden sollte und durch Verwirklichung unserer Vorschläge besser werden könnte! Tausende, die durch Schwächlichkeit und Siechtum ihren Mitmenschen zur Last fallen und ein freudloses Dasein führen, könnten durch eine gesundheitsgemäße Erziehung von Jugend an, durch eine bessere körperliche Ausbildung zu arbeitsfreudigen, glücklichen Menschen gemacht werden. Vergessen wir nicht, daß das Glück unserer Kinder von ihrer körperlichen Entwicklung abhängt.

Leibesübung und Verdauung.

Unsere gesellschaftlichen Verhältnisse bringen es mit sich, daß gar viele Personen an allerlei Verdauungsstörungen, Verdauungsschwäche und hartnäckiger Verstopfung leiden. Dazu gehören die bewegungsarmen Stubenhocker, die Bureaumenschen, die den chronischen Verdauungsbeschwerden durch große Mäßigkeit begegnen wollen. Hierher sind auch jene Stammgäste zu rechnen, die nach ihrer Meinung „mäßig" leben, aber an festen und flüssigen Speisen fast unglaubliche Mengen vertilgen. Diese leiden an Fettleibigkeit, Herzbeschwerden, Rheumatismen u. s. w. Die erste Klasse ist zu mäßig, die zweite nicht mäßig genug, und beiden fehlt die Muskelthätigkeit, jene natürlich wirkende Kraft. Eine zu strenge Diät schwächt die Verdauungsorgane; denn Magen und Darm verlangen ein gewisses Maß täglicher Anstrengung, wenn sie bei Kräften bleiben oder sich entwickeln sollen. Zu zarte und zu stark durch die Kochkunst präparierte Speisen müssen die Verdauungskraft schwächen. Die tägliche Erfahrung zeigt, wie innig alle Muskelanstrengungen mit der Verdauung verbunden sind; denn wenn jene zunehmen, steigert sich auch das Nahrungsbedürfnis. Nicht durch allerlei Gewürze verschafft man sich einen wirklichen Appetit, sondern durch Fasten und Muskelthätigkeit. Auch nicht Gefühl, Trieb oder Instinkt sollen über die Nahrungsaufnahme entscheiden. Die beiden Redensarten haben für uns keine absolute Gültigkeit: „Der Appetit kommt beim Essen," und man solle mit dem Essen aufhören, wenn es am besten schmeckt. Sie gelten wohl für den Schlinghunger, nicht aber für den gesunden Appetit. Das Hungergefühl ist wohl das natürlichste von allen, weil es durch eine Reihe erkünstelter Bedürfnisse, die zur Gewohnheit geworden sind, eine Trübung erfahren hat. Die Unterscheidung zwischen künstlichem und natürlichem Hunger fällt uns nur zu oft schwer. Je mehr die körperliche Anstrengung mit zunehmendem Alter abnimmt, desto mehr läuft man Gefahr, daß die Menge der aufgenommenen Speisen nicht im richtigen Verhältnis zum wahren Bedürfnis steht. Um bei unsern äußern Lebensverhältnissen ein wahres Hungergefühl zu erzeugen, hat man sich der Muskelübung hinzugeben und die Mahlzeiten zu beschränken. Eine volle Sättigung wird dann den Magen zwingen, seine ganze Kraft zusammenzunehmen. Ein mehrere Stunden andauerndes Fasten schwächt die Verdauungskraft keineswegs. Es steht wohl außer Zweifel, daß die meisten Menschen zu viel Nahrung zu sich nehmen. Virchow sagt: „Der Araber der Wüste bleibt thatkräftig bei einer Handvoll Reis für den Tag; der Arbeiter auf den Hochebenen Norwegens vollendet sein schweres Tagewerk bei einer so geringen Menge von Flachbrot und trockenem Käse, daß selbst

Digitized by Google

sehr bescheidene Vorstellungen von dem täglichen Nahrungsbedürfnis eines Mannes dadurch noch erschüttert werden."

Um einen kräftigen Magen und natürlichen Hunger zu bekommen, beobachte man ein mäßiges Fasten und suche neue Anregung in tüchtiger Leibesanstrengung; nur dann soll eine volle Befriedigung des Hungergefühls erfolgen. Es ist auch eine bekannte Thatsache, daß nach einer vollen Mahlzeit der Geist seine volle Schaffenskraft lange Zeit nicht mehr erreicht. Es ist daher wohl ein Nachteil, wenn die fruchtbringende Arbeitszeit des Vormittags durch die Hauptmahlzeit, das Mittagessen unterbrochen wird. Vorteilhafter wäre es, dieses nach gethaner Tagesarbeit am frühen Abend zu sich zu nehmen. Für Leute, die vorwiegend mit dem Kopfe arbeiten, müßte eine solche Verlegung der Hauptmahlzeit nur von Vorteil sein. Von nachteiligen Folgen muß es auch sein, wenn, wie es so oft vorkommt, zwischen den Hauptmahlzeiten noch kleinere Mengen von Speise und Trank eingenommen werden.

Kommt man z. B. einige Minuten zu früh im Bahnhof an, so muß dieses Ereignis noch durch ein Glas Bier gefeiert werden. Daß dadurch das Bedürfnis nach einer vollen Mahlzeit gestört wird, ist einleuchtend. Die Verlegung der Hauptmahlzeit auf den Abend müßte für die Pflege der Verdauung von größter Bedeutung sein. Wie viele Leute finden heute nach gehaltenem Mittagessen keine Zeit für die Verdauung. Kaum sind die Speisen verschlungen, von essen kann oft nicht mehr gesprochen werden, so ist es Zeit, wieder ins Geschäft oder schnell zum „schwarzen Kaffee" zu eilen. Und doch verlangt die Natur, daß der Verdauung zur Bewältigung ihrer Arbeit Zeit gelassen werde. Der vielgeplagte und so vielfach mißhandelte Magen braucht zu seiner Kräftigung, wie jedes andere Organ einen regelmäßigen Wechsel zwischen Anstrengung und Ruhe.

Noch weit mehr Störungen und Beschwerden zeigen sich im Unterleib. Der Luxus der Tafelfreuden, die sitzende Lebensweise und die geistige Ueberanstrengung machen hartleibig. Es ist eine bekannte Thatsache, daß hartnäckige Leibesverstopfung höchst nachteilige Folgen auf das Nervensystem ausübt: Dumpfheit, Schwindel, Betäubung, die zu Melancholie und Hypochondrie führen können. Will man dem Uebel durch regelmäßige Aufnahme von allerlei künstlichen Mitteln, wie Pillen, Salze u. s. w. steuern, so läuft man Gefahr, daß die Reize immer größer werden müssen und die Organe sich dadurch abstumpfen. Systematisch betriebene Muskel-Uebung ist das alleinige Rettungsmittel in dieser Not. Die Erfahrung zeigt, daß Personen, die eifrig gymnastischen Uebungen obliegen, oder ihre Muskelkräfte in gehöriger Thätigkeit erhalten, mit Hartleibigkeit nichts zu schaffen haben. Die bewegungsfreudigen Griechen kannten diese Krankheit nicht, wohl aber die phlegmatischen Aegypter. Uebung der Körpermuskulatur scheint auch die Muskelfasern des Darms zu stärken, wie diese durch allgemeine körperliche Schwäche auch an Kraft verlieren. Nur durch charaktervolle, ausdauernde Aenderung der Lebensweise, indem die Scheu vor der körperlichen Anstrengung überwunden wird, kann dem Uebel abgeholfen werden. Es ist keine Zeitverschwendung, wenn man in pflichtgemäßer Strenge das unzweifelhafte Erfahrungsgesetz befolgt. Wie wahr sind daher die zwei Sprichwörter auch in gesundheitlicher Beziehung: „Arbeit macht das Leben süß" und „Müßiggang ist aller Laster Anfang"! Nicht das, was wir für vier Wochen thun, während wir in ärztlicher Behandlung oder in einem Kurorte sind, entscheidet unser Schicksal, sondern das, was wir alle 52 Wochen hindurch treiben, sagt Sonderegger.

Schweizerische Turnzeitung.

Gewerbeinspektorinnen zur Förderung des schweiz. Gewerbegesundheitswesens.

Vom Zentralvorstand des Schweiz. Gemeinnützigen Frauenvereins haben wir folgende Eingabe zum Abdruck empfangen, welchen derselbe an die Regierungen aller Kantone gerichtet hat. Es betrifft die Ernennung von Gewerbe-Inspektorinnen, wie sie schon mit Nutzen in verschiedenen ausländischen Staaten (so im deutschen Reich) amten, auch in der Schweiz. Es sollte dadurch, wie der Frauenverein mit Recht annimmt, möglich werden, in unserem an Industrieen und Gewerben reichen Länd-

Digitized by Google

chen so gut möglich sein wie in Großstaaten, das Gesundheitswohl namentlich der so zahlreichen Fabrikarbeiterinnen und der Fabrikkinder zu fördern. Wir begreifen nur nicht recht, warum der schweiz. Frauenverein nicht auch, und zwar in erster Linie, mit seiner Anregung und Petition an das schweizerische Industriedepartement, bezw. an den Bundesrat sich gewendet hat, denn es ließe sich gewiß zu allernächst daran denken; die Zahl der bereits funktionierenden drei eidgenössischen Fabrikinspektoren durch eine Inspektorin zu vermehren. Doch wird der Vorstand sich wohl gesagt haben, er wolle sein Glück zuerst bei den Kantonsregierungen probieren. Er hat auch besonders die Kleingewerbe und die Hausindustrie im Auge. Die Eingabe lautet:

Seit einer Reihe von Jahren arbeitet der Schweiz. Gemeinnützige Frauenverein an der Hebung von sozialen Uebelständen. Er wendet seine Fürsorge namentlich der heranwachsenden Jugend weiblichen Geschlechts zu, durch Errichtung und Führung von Haushaltungs- und Dienstbotenschulen; er hat Kinder-Krippen und -Horte geschaffen, gibt Lehrverträge bei weiblichen Berufen heraus, bringt belehrende Schriften über Kochen, Haushaltungskunde und Kinderpflege unter das Volk, schafft durch die neue schweizerische Pflegerinnenschule in Zürich nicht nur eine erweiterte Erwerbsmöglichkeit für die Töchter, sondern wird auch der leidenden Menschheit durch ein wohlgeschultes, gebildetes Krankenpflegepersonal dienen.

Bei dieser vielgestaltigen sozialen Hülfsarbeit sind wir auf Mißstände mancherlei Art gestoßen. Langjährige Erfahrungen zeigen uns, daß gesunde, tüchtige Frauen und Mütter zu erziehen die segensreichste Arbeit des Staates und der Gemeinnützigkeit ist und bleiben wird, denn das Gedeihen ganzer Familien, die leibliche Gesundheit und die geistige Kraft ganzer Generationen hangen zumeist von den Frauen und Müttern ab.

Wo aber Kinder jeden Alters zum Erwerb durch Hausindustrie herbeigezogen werden und wo die Arbeitskräfte in vielen Kleingewerben jeglichen gesetzlichen Schutzes entbehren, da wird nicht nur die individuelle Gesundheit gefährdet, sondern der moralische, ökonomische und auch gesundheitliche Ruin weiterer Kreise sind die Folge dieser Ausbeutung. Wenn auch bei dem Großbetriebe der Fabriken Uebergriffe und Eingriffe in die persönliche Freiheit vorkommen können, so sind im allgemeinen da, wo das Eidgen. Fabrikgesetz oder wo kantonale Arbeiterinnenschutzgesetze zur Anwendung kommen, diese Fälle seltener, dank einer energischen und wohlwollenden Fabrikinspektion, wie wir sie in unserm Lande besitzen. Große Uebelstände bestehen aber, wie bereits angedeutet, da, wo ein gutes Gesetz mangelhaft gehandhabt wird, oder wo kein staatlicher Schutz in Kraft besteht: In den Familien und in kleineren Geschäften, bei Modistinnen, Lingèren, Schneiderinnen, Glätterinnen, in Ladengeschäften und namentlich im Wirtschaftsgewerbe. Da sind diese Hülfskräfte schutzlos. Sie haben sich den Forderungen ihrer Arbeitgeber zu fügen, wenn sie nicht die Entlassung herbeiführen, das Gespenst der Arbeitslosigkeit heraufbeschwören wollen. Oft geschieht die vermehrte Arbeitsleistung von seiten der Arbeiterinnen freiwillig und ohne Murren. Aber bei fortgesetzter Nichtachtung gesundheitlicher Forderungen bleibt auch der Schaden nicht aus und Appetitstörungen, Bleichsucht, Nervosität und wie sie alle heißen, die Folgen der Ueberanstrengung und zu geringer Ruhezeit, stellen sich mit Sicherheit ein. Aus diesen körperlich heruntergekommenen Individuen werden später schwächliche Frauen, unfähig, den Pflichten des Hausstandes zu genügen, schwächliche Mütter noch schwächlicherer Kinder. Wir könnten unsere Behauptungen mit zahlreichen krassen Beispielen illustrieren, setzen aber voraus, daß auch Ihnen diese mißlichen Zustände bekannt sind.

Ebenso schutzlos sind die in den Hausindustrien beschäftigten Kinder. Wohl sagt das Eidgen. Fabrikgesetz: „Kinder unter 14 Jahren dürfen nicht in Fabriken beschäftigt werden.“ Wer nimmt sich aber der armen Kleinen an, die, kaum der Schule entronnen, zu Hause zur Strohflechterei, zu Hülfsarbeiten in der Stickerei- oder Weberei-Industrie und anderen Gewerben angehalten werden? Wo die Schule, in weiser Schätzung der Kraft des Kindes, wenige Stunden des Tages ruhiges Hinsitzen und eine volle Aufmerksamkeit verlangt, in der Voraussetzung, daß körperliche Bewegung in frischer Luft und ein mehr freies Arbeiten ohne Zwang die Kinder frisch erhält, da kommt zu Hause

Digitized by Google

die Forderung zu neuer, angestrengter Arbeit, dazu meist noch in schlecht gelüfteten Räumen. Die Folgen dieser Sünde gegen den jugendlichen Organismus sind nicht nur häufige akute Krankheiten, deren Bekämpfung durch den Arzt vielleicht den materiellen Nutzen aus der frühern Zeit in Frage stellen, sondern ein eigentlicher Niedergang unserer Volksgesundheit. Der in seinem Wachstum durch den Entzug freier Bewegung und frischer Luft gehemmte Körper, der durch ununterbrochene, oft einförmige Arbeit geschwächte Geist, sie werden schließlich zu einer nur krüppelhaften Entwicklung gelangen.

Im Namen der Menschlichkeit rufen wir für diese Unglücklichen den Schutz des Staates, der Gemeinden an; wir rufen ihn an im Hinblick auf die moralischen und wirtschaftlichen Gefahren für unser Land!

Weil es sich meistens um Frauen und Kinder handelt, denen direkt geholfen werden soll, halten wir es für gerechtfertigt, daß zur Bekämpfung der Mißstände auch Frauen herbeigezogen werden. Sie werden in manchen Fällen, wo es nicht nur Gerechtigkeitsliebe bedarf, mit Klugheit eingreifen, sie werden in speziell weiblichen Berufen mit Sachkenntnis urteilen und eher auf die Kleinigkeiten eintreten, aus denen die Anstände ja meistens zusammengesetzt sind. Sie werden leichter hinter allerlei Schliche kommen und auch das Vertrauen der Arbeiterin eher gewinnen. Wir rufen also der weiblichen Gewerbeinspektorin in der Schweiz. Es ist nicht nur ein Akt der Billigkeit, wenn die weibliche Bevölkerung unseres Landes, welche ja in so vorherrschender Weise in den Industrien beschäftigt ist, auch weibliche Schutzaufsichtsorgane besitzt, sondern eine auch für die Allgemeinheit erforderliche Maßregel, wenn Frauen an dieser Seite des öffentlichen Lebens teilnehmen. In den Ländern, wo Gewerbeinspektorinnen Verwendung finden, hat man von deren Wirksamkeit sehr gute Resultate.

Wollen Sie diesen unsern Vorschlag prüfen und in Ihnen geeignet scheinender Weise die weitern Schritte in dieser Angelegenheit vornehmen. Um eines aber bitten wir inständig: Lassen Sie die Sache nicht ruhen!

Gesundheitszustand im Monat Oktober.

Die Sterblichkeitsverhältnisse des Monats Oktober 1900 zeigen eine ziemlich genaue Fortsetzung der in den beiden letzten Monaten gefundenen Ergebnisse. Die Schwankungen in den Berechnungs-Resultaten sind so gering, daß wohl nur Zufälligkeiten denselben zu Grunde liegen.

Aus den Angaben des sanitarisch-demographischen Bulletins berechnet, erhalten wir in den 15 größten Gemeinden der Schweiz eine Mortalität von 14,4 pro Mille gegen 14,5 pro Mille im vorangegangenen Monate. Die Zahl der Geburten beläuft sich auf 26,1 pro Mille. Der Ueberschuß der Neugeborenen über die Verstorbenen beträgt somit 11,6 pro Mille.

In der Stadt Zürich zählten wir 230 Todesfälle, von denen zur Bestimmung der Verhältniszahl die Totgeborenen in Abrechnung kommen. Die übrigbleibenden 216 Todesfälle entsprechen einer Sterblichkeit von 16,0 pro Mille bei 160 000 Einwohnern und auf 365 Tage bezogen. Der Monat September zeigte ein etwas günstigeres Ergebnis mit 14,9 pro Mille; der August hatte 15,5 pro Mille; somit in den letzten drei Monaten ganz unbedeutende Differenzen. Wenn wir die einzelnen Rubriken der Todesursachen etwas genauer besehen, so zeigt sich, daß die kleine Zunahme der Todesfälle in diesem Monate hauptsächlich den Krankheiten der Kreislauforgane und des Nervensystems zu buchen ist und dabei fällt auf, daß, während im September nur 9 Personen im Alter von 60 und mehr Jahren an solchen Krankheiten gestorben sind, in diesem Oktober die gleiche Rubrik in den gleichen Altersstufen 19 Todesfälle aufweist. Die andern Todesursachen zeigen so unbedeutende Schwankungen, daß sie kaum erwähnenswert erscheinen, ausgenommen die 6 Todesfälle in Folge Keuchhustens bei Kindern im ersten Lebensjahre. Diese letztern stehen im Zusammenhang mit einer im Laufe des Oktober entstandenen Keuchhusten-Epidemie, von welcher wiederum hauptsächlich der Kreis V Zürichs betroffen worden ist.

In Kürze soll noch über die epidemischen

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats Oktober 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0–1 Jahr		2–5 Jahre		6–10 Jahre		11–20 Jahre		21–30 Jahre		31–40 Jahre		41–50 Jahre		51–60 Jahre		61–70 Jahre		71–80 Jahre		81–90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	6	8	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	8	14	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	11	7	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	11	7	18	
III. Altersschwäche	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	4	2	2	1	.	.	8	3	11	
IV. Gewaltsamer Tod	.	.	.	1	.	.	.	.	1	.	1	.	2	1	.	.	2	.	1	.	.	.	.	.	7	2	9	Unfälle 3, Selbstmord 6
V. Allgemeinkrankheiten	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	Rachitis 1, Alkoholismus 1
VI. Ansteckende Krankheiten:																												
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Diphtherie	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	2	
Croupöse Lungenentzündung	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	1	.	1	.	.	.	.	.	.	4	2	6	
Tuberkulose der Lungen	.	.	.	.	.	.	1	1	.	4	2	1	2	1	3	.	.	2	1	.	.	.	.	.	9	9	18	
„ anderer Organe	1	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	2	5	Drüsentub. 2, Tub. Hirnhautentzündung 3
Andere ansteck. Krankheiten	4	3	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	4	3	7	Keuchhusten 6, Soor 1
VII. Krankh. der Atmungsorgane	1	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	2	1	1	.	.	.	.	2	7	9	Katarrh. Lungenentzündung 3
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	.	.	.	.	.	1	1	.	1	2	2	.	2	1	8	2	1	2	.	.	.	.	15	8	23	
IX. „ „ Verdauungsorg.	28	21	.	.	1	1	1	.	.	1	1	1	1	.	6	2	1	3	2	1	.	.	.	.	41	30	71	Kinderdiarrhoe 49, Leber, Magen Darmkrebs 12
X. „ des Nervensystems	5	4	1	1	.	.	.	.	.	.	1	1	1	1	2	1	4	1	1	1	.	.	.	.	15	10	25	Hirnschlag 9
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	1	1	1	.	.	.	.	.	.	3	2	5	Nierenentzündung 8, Blasenkrebs 2
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	3	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	5	5	Gebärmutterkrebs 1; Brustkrebs 4.
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Total	59	45	1	2	1	1	2	2	2	6	7	8	11	7	17	7	18	13	11	7	2	1	.	.	131	99	230	

Krankheiten referiert werden; dabei ist in erster Linie die Diphtherie zu berücksichtigen. Wie die Sterblichkeit eine gewiß seltene Gleichmäßigkeit schon ein Vierteljahr lang zeigt, so finden wir eine geradezu überraschende Aehnlichkeit mit diesem Befunde in der Zahl der Diphtherieerkrankungen. Es sind in den letzten drei Monaten, über welche Berichte uns zur Verfügung stehen: Juli, August, September aus sämtlichen Kantonen per Monat je 361, 364, 376 Fälle zur Anzeige gelangt. Dies ist ein verhältnismäßig günstiges Ergebnis, da wir in früheren Jahren häufig, besonders natürlich in der kalten Jahreszeit, erheblich größere Zahlen erhalten haben. Die Diphtherie scheint auch nirgends in besonders gehäufter, epidemischer Art aufzutreten gegenwärtig, ist aber leider gewiß bald im abgelegensten Winkel der Schweiz bekannt.

An Pocken haben wir zu verzeichnen: aus dem Monat August einen Fall in Genf; im September 2, davon einer in der Waadt, der andere in Basel. Gegen Ende des Monats Oktober ist nun Basel schon wieder bedroht durch Pocken. Die erste Erkrankung betrifft einen am 23. September aus Paris zurückkehrenden Kaufmann, der vom 1. bis 4. Oktober eine leichte Erkrankung durchmachte, die ihn aber nicht veranlaßte, einen Arzt zu befragen und doch hatte es sich offenbar um einen leichten Blatternfall gehandelt. Am 15. und 17. Oktober erkrankten nun in dem Geschäft dieses Kaufmanns zwei Angestellte an Blattern und in der Folgezeit sind bis jetzt noch 10 Personen, die alle in Zusammenhang mit dem ersten Falle stehen, infiziert worden. Wie grenzenlos leichtsinnig und gemeingefährlich es sein kann, auch in leichten Erkrankungsfällen, besonders bei Ausschlägen und fieberhaften Krankheiten, es zu unterlassen, die Ansicht des Arztes einzuholen, zeigt dieses Beispiel wieder, wo durch das Verschulden einer einzelnen jetzt schon 13 weitere Personen, von denen zwei bereits gestorben sind, schwere, lebensgefährliche Krankheiten sich zugezogen haben.

Nun noch die tröstliche Meldung, daß die Pest in Glasgow als erloschen bezeichnet werden kann. Es sind in jüngster Zeit außerdem noch eine ganze Anzahl von Orten, hauptsächlich in Aegypten, als gegenwärtig pestfrei erklärt worden. A. M.

Staatsbeiträge für das Volksschulwesen.

Im amtlichen Schulblatt des Kantons Zürich ist die neueste Verordnung betreffend Staatsbeiträge für das Volksschulwesen veröffentlicht worden.

In der Rubrik „Schulhausbauten" ist mitgeteilt, daß die Schulgemeinden Staatsbeiträge erhalten

1) an Erbauung und Hauptreparaturen von Primar- und Sekundarschulhäusern;

2) an die Errichtung von abgetrennten Lehrerwohnungen, Turnhallen und Turnplätzen mit deren erstmaligen Ausrüstung, von Schulbrunnen und die Anschaffung von Schulbänken.

Abgezogen von den Kosten werden Ausgaben für Landerwerbung, so weit dasselbe nicht als Bau-, Turn- oder Spielplatz benutzt wird, z. B. für Gärten als Bestandteil der Lehrerbesoldung.

Als eine Lücke in dieser neuen Verordnung betrachten wir die Nichtberücksichtigung der eigentlichen Schulgärten, welche überall zu Unterrichtszwecken und für Handarbeit verwendet werden sollten und der Unterstützung mit Staatsbeiträgen ebenso würdig und bedürftig wären wie etwa Turnplätze. Leider werden aber jene pädagogisch und sanitarisch wichtigen Anhängsel der Schule bei uns, im Gegensatz zu anderen Ländern wie z. B. Oesterreich, Schweden, noch immer gering geschätzt und stiefmütterlich bedacht. Vielleicht daß man im nächsten Jahrhundert auch auf diesem praktischen Gebiet der Volksschule einsichtiger und der Staat damit auch weitherziger wird, als an der Wende des alten.

Digitized by Google

Witterung im Oktober 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°. Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 28—2	3—7	8—12	13—17	18—22	23—27
Zürich . .	493	9.5	1.2	23.6	2.	2.1	25.	17.0	14.5	11.9	8.4	6.2	5.2
Basel . .	278	10.1	1.1	23.2	2.	0.4	23.	17.5	14.6	12.4	8.6	7.5	5.2
Neuchâtel .	488	10.2	1.7	22.4	2.	3.5	16.	16.3	14.2	12.5	9.1	7.5	6.2
Genf . .	405	10.7	1.3	24.8	1.	—0.2	16.	16.8	14.9	13.1	9.3	8.3	7.7
Bern . .	572	8.7	0.9	21.5	2.	—0.4	25.	15.3	13.3	11.1	7.6	5.5	4.9
Luzern . .	451	9.6	1.2	24.0	2.	1.8	16.	17.4	14.5	11.9	8.9	7.0	5.6
St. Gallen	703	8.4	1.2	23.3	2.	0.7	24.	16.4	13.5	10.5	7.0	4.9	4.3
Lugano . .	275	12.5	1.0	20.8	1. 6	4.2	16.	17.5	16.7	15.0	11.7	10.5	11.3
Chur . .	610	9.6	0.8	24.0	2.	0.2	16.	17.6	14.6	11.8	8.5	7.2	6.9
Davos . .	1557	4.6	1.5	19.4	2.	—6.2	16.	12.0	9.2	7.3	3.1	2.1	3.3

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	Schnee.	Gewitter.	Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	721.4	84	67	—40	61	14	0	1	7	2	9	8
Basel . . .	740.0	85	48	—28	64	13	0	1	11	3	11	4
Neuchâtel .	722.0	84	46	—57	64	10	0	0	6	2	10	3
Genf . . .	729.1	80	47	—64	53	10	0	0	11	3	9	6
Bern . . .	714.5	83	55	—43	62	15	0	0	16	3	11	2
Luzern . .	725.2	82	71	—30	58	16	0	1	3	4	9	0
St. Gallen .	703.5	78	108	—11	59	17	2	1	5	5	11	3
Lugano . .	739.5	83	62	—147	44	7	0	1	0	11	6	1
Chur . . .	711.2	75	14	—73	39	8	0	0	1	9	3	5
Davos . .	634.5	79	33	—35	38	5	2	0	0	10	3	1

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 113, Basel 124, Bern 153, Genf 166, Lugano 180, Davos 166.

Der Oktober brachte uns in seiner ersten Dekade einen schönen, milden Nachsommer, dessen relativ hohe Temperatur das Monatsmittel um zirka 1 Grad über das normale zu erheben vermochte. Die Maximaltemperaturen kamen auf einzelnen Stationen sogar über diejenigen des vorausgegangenen Septembers zu stehen. Die zweite und namentlich die dritte Dekade waren beträchtlich kühler, doch kamen leichte Nachtfröste in den Niederungen nur stellenweise vor. Die heitere, trockene und warme Witterung des ersten Monatsdrittels war bedingt durch das Regime der seit Ende September über dem Südosten des Kontinents lagernden Hochdruckzone, deren zentraler Teil sich am 4. Oktober bis Zentraleuropa verschob. Die in den nächsten Tagen im Westen und Nordwesten auftretenden, nordostwärts vorüberziehenden Depressionen brachten, ohne die Witterung in unserm Lande ungünstig zu beeinflussen, warme, südliche Winde. Erst am 10., als über der Nordsee eine Teildepression sich bildete und südwärts ausbreitete, wobei ein Teil der Hochdruckzone sich westwärts verschob, traten Trübung und Regen ein, der in der Nordschweiz in der Nacht vom 10./11. durch ein Gewitter eingeleitet wurde. Nach dieser Störung hellte sich das Wetter unter dem Einfluß eines nochmals während zwei Tagen über Zentraleuropa lagernden, barometrischen Maximums wieder auf. Vom 14. an aber bedingten nordwärts vorüberziehende und zeitweise sich weit nach Süden ausbreitende Depressionen unter der Herrschaft nordwestlicher Winde kühles, unbeständiges und zeitweise regnerisches Wetter, das erst gegen den Schluß des Monats durch einzelne heitere, trockene Tage unterbrochen wurde. Die beiden letzten Tage, an welchen sich neuerdings eine Hochdruckzone von Süden her über den Kon-

Digitized by Google

tinent ausbreitete, waren bei südlichen Winden wieder recht mild. Obwohl der Monat eine ziemliche Zahl von Regentagen aufweist blieb doch die Niederschlagsmenge, wie im September beträchtlich hinter dem mittleren Betrag zurück, besonders stark in der Südschweiz, wo sonst im Oktober meistens die Herbstregen ergiebig sind. Die während Sommer und Herbst gefallene Menge war zwar für die Vegetation immerhin ausreichend; für die Industrie aber machte sich das Defizit infolge der niedern Wasserstände sehr bemerkbar. Die mittlere Bewölkung war allgemein geringer als die normale und dementsprechend die Sonnenscheindauer, wo dieselbe nicht, wie z. B. in Zürich auch während der Gutwetterperiode durch häufige Morgennebel verkürzt wurde, größer als die durchschnittliche.

Schweiz. Meteorolog. Zentralanstalt.

Das Ende des Réaumur'schen Thermometers.

Nach einer Bekanntmachung des preußischen Kultusministers sind vom 1. Januar 1901 alle Reaumur- (80 gradigen) Thermometer von der amtlichen Prüfung ausgeschlossen. Alle noch vorhandenen Reaumur-Wärmemesser müssen, auch wenn sie noch brauchbar sind, in allen öffentlichen Kranken- und Irrenanstalten, in allen öffentlichen Badeanstalten und in den höheren Schulen bis zum 31. Dezember 1900 durch Thermometer nach Celsius (100 gradig) ersetzt werden.

Das Thermometer spielt auch in der Gesundheitspflege (z. B. für Messung der Luftwärme innerhalb Wohn- und Schlafzimmern, des Wärmegrades des Badewassers für Kinder und Erwachsene ꝛc.) eine wichtige Rolle. Es verdiente die Ausmerzung des Instrumentes nach Reaumur und der Ersatz desselben durch dasjenige von Celsius, wodurch die lästigen Umrechnungen in Zukunft dahinfallen, auch in der Schweiz aus Gründen der Vereinfachung und Vereinheitlichung der Temperaturmessungen Nachahmung.

Gesetzgebung betreffend Schutzpockenimpfung in der Türkei.

In No. 30 der Veröffentlichungen des deutschen Gesundheitsamtes ist die Uebersetzung eines türkischen Gesetzes betreffend Schutzpockenimpfung mitgeteilt. Darnach müssen die Zöglinge beiderlei Geschlechtes von öffentlichen wie privaten Lehranstalten, wenn sie nicht schon die Blattern überstanden haben und die Spuren davon zeigen, geimpft werden. Also sind sie dort hinten in dieser Beziehung weiter voran als wir bei uns im Lande der großen persönlichen Freiheiten! Aber noch mehr: es sollen ferner in der Türkei geimpft sein: Diejenigen, welche zum ersten Male als Büreaubeamte oder sonst Aufnahme im Staatsdienst finden, oder in die gelehrten Schulen eintreten oder die Militär- und Polizeilaufbahn einschlagen. Ebenso werden Rekruten und Reservisten geimpft. Beim Auftreten der Pocken müssen die sämmtlichen Bewohner eines Hauses, in welchem ein Krankheitsfall sich ereignet, sofort geimpft werden. Kinder sind binnen 6 Monaten, vom Tag ihrer Geburt an gerechnet, der Schutzpockenimpfung zu unterwerfen! Ist die erste Impfung erfolglos, so muß sie wiederholt werden, wenn nötig ein drittes Mal. — Und solches geschieht im Lande des Kismet, des Fatalismus!

Neue Litteratur über Gesundheitspflege.

Blätter für Volksgesundheitspflege. Gemeinverständliche Zeitschrift. I. Jahrgang. München und Leipzig. Oldenburg, 1900

Vor etwa Jahresfrist traten in Berlin Männer der Wissenschaft und des praktischen Lebens, angesehene Aerzte und Laien zu-

Digitized by Google

sammen, um einen „Deutschen Verein für Volksgesundheitspflege" ins Leben zu rufen, mit der Aufgabe, Aufklärung über gesundheitsgemäße Lebensweise in breiteste Volksschichten hinein zu tragen und dadurch Volksgesundheit, Arbeitskraft und Arbeitsfähigkeit zu fördern. Der Verein hat zahlreiche Anhänger gefunden, die sich mancherorts zu besonderen Gemeindegruppen vereinigt haben und die Belehrung des Volkes über die gesundheitlichen Lebensbedingungen in jeder Weise zu fördern bemüht sind. Unter dem Titel „Blätter für Volksgesundheitspflege" ist nun eine Vereinszeitschrift gegründet worden, welche von Vertretern des Vorstandes in obgenanntem Verlag herausgegeben wird. Mit 1. Oktober ist das 1. Heft erschienen. Allmonatlich kommen 2 Nummern, in Bogenstärke zu 16 Seiten heraus; der Jahrespreis beträgt 4 Mark 80 Pfennig. Der gesamte Inhalt der Zeitschrift soll in richtiger Weise lediglich der Krankheitsverhütung, nicht etwa der Krankheitsbehandlung dienen; ihre Tendenz deckt sich also ganz mit derjenigen unserer schweizerischen Blätter, die sich ebenfalls fernhalten von dem unsinnigen Gebahren der Zeitschriften für Naturheilkunde, der Kneippblätter und wie alle die populär-medizinischen Organe heißen mögen, welche sich der Volksarzneikunde, d. h. der Quacksalberei und Kurpfuscherei widmen und weit mehr Schaden als Nutzen stiften. Die gemeinverständlichen deutschen Blätter für Volksgesundheitspflege wollen taktvoll den verantwortungsreichen Beruf des Arztes durch Schaffung gesunder Lebensbedingungen erleichtern, ihm die Wege ebnen, nicht aber ihm durch litterarische Räte 2c. Konkurrenz machen und das Volk nicht verwirren, anstatt es aufzuklären.

Die Herausgeber sind jedenfalls sehr ideale, aber etwas optimistische Männer, wenn sie im Prospekt über die neuen Blätter schreiben, daß diese auch den kleinen Handwerker und den Handarbeiter über häusliche Gesundheitspflege beraten sollen (kommen sie überhaupt in jene Hände?). Ja, gerade in der Hütte des armen Mannes möchte die Gesundheitszeitschrift die größte Wirksamkeit entfalten und zu seinem Hausblatt werden, aus dem er diejenigen Ratschläge schöpfen könnte, die zur Gesundheit des Körpers notwendig sind. Das wäre ja bitternotwendig und hocherfreulich, aber — dann müssen sie dem armen Manne die Blätter auch schenken, denn abonnieren wird er sie nicht. Und ob er sie selbst dann lesen würde und den Inhalt für sich und die Seinen in seiner ungesunden Hütte anwenden könnte? Nun, hoffen wir das Beste! Glückauf der deutschen Kollegin, möge sie recht tapfer, beharrlich und erfolgreich wirken! C.

Wie dem Inseratenteil zu entnehmen ist, kommt mit heute ein neues Mund- und Zahnwasser „Trybol" in den Markt, das eine Erfindung des Zahnarztes Herrn A. Trueb ist und in Schaffhausen von den Aktiengesellschaft „Trybol" fabriziert wird.

Trybol ist in einem Sinne kein neues Mittel mehr, denn seine Wirkung hat sich in beinahe 5jährigem Gebrauch an Tausenden bereits erprobt und vermöge seiner vorzüglichen Eigenschaften, über die sich viele ärztliche Autoritäten der Schweiz und hunderte von Privaten in Worten des höchsten Lobes äußern, sich überall da fest angesiedelt, wo es einmal zur Verwendung kam. Im Gegensatz zu manchen feinen Konkurrenzpräparaten ist Trybol keine bloße Zusammenmischung von zum Teil den Zähnen, Mund und Rachenschleimhäuten sehr schädlichen Desinfektionsstoffen, sondern es besteht im Wesentlichen aus einer ganzen Reihe von sorgfältig zubereiteten Kräuterextrakten, von denen jedes einzelne desinfizierende Wirkungskraft besitzt. Dabei hat es einen langen, anhaltenden Wohlgeschmack und last but not least den Vorteil, daß es in Flacons gleicher Größe, wie die der bekanntesten seiner Konkurrenten zum Preise von nur Fr. 1.50 per Flacons (statt Fr. 2.50) erhältlich ist. Da ein Flacon bei zweimaligem, täglichem Gebrauch 3—4 Monate hinreicht, so ist es zu hoffen, daß dieses „Schweizer Fabrikat" auch in weiteren Kreisen die aus Sparsamkeitsgründen der Mund- und Zahnpflege bisher nicht die unbedingt notwendige Aufmerksamkeit schenken konnten, Eingang finden und ein stetiger Hausfreund bleibe. Wer es einmal probiert, bleibt ihm treu, so ist es wenigstens schon Tausenden gegangen.

Digitized by Google

Heilstätte für Trinkerinnen

Frauen und Töchtern, die an Trunksucht leiden, finden freundliche Aufnahme
G60 in der

Heilstätte Blumenau-Steg (Tössthal) Kt. Zürich.

Hausarzt: **Herr Dr. Spörri.** Hausvater: **Siméon Diener.**

Ein gewaltiger Fortschritt auf dem Gebiete der

MUND- und ZAHNPFLEGE

NEU! TRYBOL NEU!

DAS ALLER- BESTE

KRÄUTER-MUND-& ZAHNWASSER.

SCHWEIZER-FABRIKAT.

Es desinfiziert und desodoriert ausgezeichnet und konserviert die Zähne.
Stark erfrischender langanhaltender Wohlgeschmack. — Zahlreiche (Zag S. 300) Atteste erster ärztlicher Autoritäten. 53G

Flacon Fr. 1.50 lange Zeit ausreichend, ist in Apotheken, Droguerien u. bessern Parfumerien erhältlich.

DER WEISFLOG-BITTER

fördert nach dem Essen oder zwischen den Mahlzeiten genommen, die Verdauung und regt den Appetit an, er verhindert besonders nach Genuss von Wein, Bier, Süssigkeiten, Früchten etc. die Magenversäuerung. Man verlange jedoch ausdrücklich 55G

Weisflog-Bitter.

Hervorragendes Kräftigungsmittel

Somatose ist ein Albumosenpräparat und enthält die Nährstoffe des Fleisches (Eiweiss und Salze). Regt in hohem Maasse den Appetit an. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.
Nur echt wenn in Originalpackung.

Ceylon-Thee,

sehr fein schmeckend kräftig, ergiebig und haltbar

Originalpackung	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekos	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4.10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee,

beste Qualität

Souchong Fr. 4.— per ½ kg.
Kongou „ 4.— „

Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.

Carl Osswald, Winterthur.

Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 vom 15. September 1899 nachzusehen. G59

POMRIL,

ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.

Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velozipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.
Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.

Man erteile Probeaufträge an die 1950

POMRIL LIMITED Zürich

oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Alkoholfreie Weine, Bern in Meilen

G58

Diplome I. Cl: St. Gallen 1899, Wald 1900.

Reiner, sterilisierter Saft frischer Trauben, Aepfel und Birnen.

Vertreter in allen grössern Ortschaften der Schweiz.

Prospekte u. Preiscourant gratis u. franco

---

mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Droguerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 2 G

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich

J. Jezler-Müller.

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen

---

Verbandstoffe

aller Art, empfiehlt in Ia Qualität und zu billigsten Preisen 51G

A. Geering-Beck

Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz"
Zürich und Winterthur.

Eine Eismaschine

für Handbetrieb

zum Kühlen und für Herstellung von Gefrornem und Blockeis in wenigen Minuten. Betrieb nahezu kostenlos. Gefl. Anfragen unter Chiffre OF5384 an Orell Füssli-Annoncen, Zürich. G57

Aleuronatbrot

und Bisquits täglich beste Qualität.

A Scheuble

G61 Bäckerei

Hottingen — Zürich V.

Winter-Pantoffeln

und

Finken

mit Hanfsohlen, in all. Nummern zu reduzierten Preisen.

Thürvorlagen

von Leder u. Cocosseil.

Läufer

60—120 cm breit.

Wischer und Bürsten etc.

empfiehlt bestens G56

D. Denzler, Seiler,

Sonnenquai 12 und Schweizergasse 4

Zürich I.

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen
kräftiger
Fleischbrühe
— nicht entfettet —
für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.*

Zwei Portionen
feinster
Kraftbrühe
— entfettet, extra stark —
für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln für Kraftbrühe enthalten extra starke konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.*

Zu haben in den
Spezerei- und Delikatess-Geschäften
Droguerien und Apotheken.

Nachtstühle gesetzl. geschützt. Hygien. praktische **Familien-Möbel**, elegant, bequem und mehrfach verwendbar, in schöner Auswahl. Aerztlich geprüft. — Silberne Medaille, Thun 1899.

P. Scheidegger
Sitzmöbelschreiner 5G
Zürich III, Bäckerstr. 11, Tramstation

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 15. Dezember 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 23

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark
Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Die Quellen der menschlichen Arbeitskraft. — Anleitung für Laien über die Wiederbelebung von Scheintoten und über die erste Hülfeleistung bei Unglücksfällen. — Verhütung von Ohrkrankheiten, besonders von „Ohrflüssen." — Mäusterchen von Kurpfuscherei. — Reinhaltung der Augen durch Waschungen. — Das Schlafsbedürfnis des Menschen. — Zur Einführung von Schulärzten — Blutvergiftung. — Zur Pflege des Volksbäderwesens. — Inserate.

Die Quellen der menschlichen Arbeitskraft.*)

Von Dr. K Beerwald.

Die naturwissenschaftliche Forschung hat uns neben der Unsterblichkeit und Unzerstörbarkeit des Stoffes für die Kraft dieselben Eigenschaften erkennen lassen. Auch die Kraft ist eine stets gleiche und ewige, nur innerhalb der Formen, in denen sie sich zeigt, unterliegt sie der Veränderung, und indem sie bald in dieser, bald in jener Form in wechselnder Menge auftritt, bedingt sie des Lebens unzählbare Erscheinungen.

Zwiefach äußert sich die Kraft, und erst die Summe ihrer beiden Aeußerungen stellt die thatsächlich vorhandene Kraftmenge dar. Neben der wirkenden Kraft steht die wirkungsfähige, neben der Kraft, die sich uns durch eine Leistung, etwa das Heben eines Steines, bemerkbar macht, waltet die verborgene Kraft, welche in der Masse ruht und aus dieser geweckt und zur Leistung herangezogen werden muß. Für die letztere Kraft ist die Bezeichnung Spannkraft, für die erstere die Bezeichnung lebendige Kraft gewählt worden, und alle Vorgänge in der Natur beruhen auf dem Uebergang der einen in die andere. Die Kraftmenge selbst aber, die im Weltall vorhanden ist, kann weder vermehrt noch vermindert werden, sie bleibt ewig dieselbe, mag auch dem weniger geschulten Geiste die Kraftmenge oft zu schwinden oder eine Leistung in keinem Verhältnisse zu der aufgewendeten Kraft zu stehen scheinen.

Für die Wechselwirkung zwischen Spannkraft und lebendiger Kraft bietet die Kohle das schönste Beispiel. Unter der Sonne wärmendem Licht, unter ihrem belebendem Strahl werden im Leibe der Pflanzen Kohlensäure, Wasser und Ammoniak, welche die Pflanze teils der Luft, teils dem Boden entnommen, in ihre elementaren Bestandteile zerlegt, Sauerstoff tritt zurück in die Luft und Zellstoff, Stärkemehl, Zucker, Fett und Eiweiß speichert die Pflanze als ihre Hauptbestandteile in sich auf. Damit hat sich lebendige Kraft in Spannkraft verwandelt, und treu

*) Mit gütiger Erlaubnis der Redaktion aus den in der letzten Nummer dieser Zeitschrift besprochenen „Blättern für Volksgesundheitspflege (Nr. 2), dem Organ des neu gegründeten deutschen Vereins für den gleichen Zweck, abgedruckt.

Digitized by Google

halten Torf und Kohle, in welche die Pflanze allmählig übergegangen ist, diese Spannkraft in sich, um sie auf dem Herde, im Kamine wieder zur lebendigen Kraft werden zu lassen. Sonnenlicht und Sonnenwärme tragen wir also mit der Kohle in unser Haus, und wenn wir die Kohle unter der Erscheinung des Feuers zwingen, jenen Sauerstoff, den die Pflanze bei ihrem Werden seinerzeit an die Luft abgegeben, aus letzterer wieder aufzunehmen, so geht gewissermassen eine Rückbildung vor sich: Sonnenlicht und Sonnenwärme werden wieder frei und gewähren dem Menschen die erwünschte Hilfe.

Doch nicht nur die tote Pflanze in der Endform ihres Verwesungsprozesses muß uns dienen; in noch viel höherem Maße bedürfen wir sowohl zum Leben als zur Arbeit, sie sei geistig, sie sei körperlich, jener strebenden Spannkraft, welche die lebende Pflanze ohne Unterbrechung in sich aufhäuft. Die Luft wird uns im Sauerstoff zum Zauberstabe, durch den wir die ruhende Kraft zur Thätigkeit zwingen, die Pflanze aber, teils direkt, teils durch Vermittlung jener zahlreichen Tierrassen, die wir als Pflanzenfresser bezeichnen, gibt uns den Stoff, mit dem jener Zauberstab aus scheinbar Totem Leben schafft.

So wird also auf Erden bereits der Tod zum erfreulichen Leben, und die Aufnahme der angedeuteten Nahrungsmittel, ihre Einführung in den Körper sowie ihre schließliche Zerlegung unter dem feurigen Einfluß des Sauerstoffs in die Grundstoffe, aus denen sie aufgebaut sind, faßt den ganzen Lebensprozeß in sich. Wir leben, gedeihen und arbeiten dadurch, daß wir in unserem Körper fortwährend die Spannkraft der Pflanze in lebendige Kraft umwandeln, und die Zerfallprodukte, die sich dabei bilden, Kohlensäure, Wasser und Ammoniak, vereinen sich wieder zu einem neuen Pflanzenleben, um mit Hilfe der Sonne neue Spannkraft anzuhäufen und der Quell zu werden zu neuem tierischem Leben und neuer Arbeit.

Aus dem Gesagten ergibt sich als zweifellose Folgerung, daß die menschliche Arbeitsleistung in einer unbedingten Abhängigkeit von der Spannkraft steht, die wir in Form unserer Nahrungsmittel dem Körper zuführen, wobei die Einrichtung unserer Verdauungsorgane diese Zufuhr eine obere Grenze nicht übersteigen läßt. Die ungeheuren Schwankungen aber, die zwischen dieser und der untersten Grenze, nämlich Null, möglich sind, bestimmen die Arbeitsfähigkeit des Individuums, wie die Kohlenzufuhr zu einem Ofen die Wärmemenge, welche derselbe abgibt. Vielfache und sorgfältige Untersuchung und Beobachtungen haben nun für das tägliche Kostmaß eines erwachsenen Mannes 130 Gramm Eiweiß, 60 Gr. Fett und etwa 450 Gr. Kohlenhydrate, d. h. Gemüse und Mehlspeisen, als bekömmlichen Mittelwert finden lassen und wird in dieser Zusammensetzung dem Individuum eine Spannkraft zugeführt, deren Umwandlung in lebendige Kraft genau in Zahlen ausgedrückt worden ist. Lüdeschott hat dieses Maß berechnet und gefunden, daß es in 24 Stunden 2 749 195 Wärmeeinheiten beträgt oder mit anderen Worten, daß mit Hilfe der genannten Menge von Nährwerten 2 749 195 Gramm Wasser oder rund, um die großen Zahlen zu vermeiden, 2750 Klg. (Liter) Wasser um einen Grad erwärmt werden können. Dieser Wert kann natürlich nur zu einem Teil für die Arbeit in Betracht kommen, und thatsächlich wird etwa ¼ für sie verwendet, da der Lebensprozeß folgende Summen für sich in Anspruch nimmt:

	Wärmeeinheiten oder Kalorien
Für Erwärmung der Speisen und Getränke	8,6
für Erwärmung der eingeatmeten Luft	86,
für Verdunstung in der Lunge . .	174,
für Verdunstung von der Haut aus	633,
Wärmeverlust durch Leitung und Strahlung ꝛc. in unserm Klima .	1083,

überall das Kilogramm zu Grunde gelegt. Aber bleibt für die Arbeit selbst auch nur ein Viertel, so ist das doch immer noch eine recht respektable Größe, die einen Arbeiter befähigt, 300 000 Klg. in einer achtstündigen Arbeitszeit um 1 Meter zu heben.

Die Grundbedingung für solche Leistung ist und bleibt stets die genügende Ernährung und wenn in den aufgenommenen Nahrungsmitteln die erforderlichen Kalorien nicht vorhanden sind, oder wenn sie durch falsche Zusammensetzung der Speisen oder krankhafte Vorgänge im Körper nicht in diesen aufgenommen werden, so müssen, und das ist die praktische Nutzanwendung unserer Ausführungen, entweder der Lebensprozeß oder die Arbeitsfähigkeit oder beide leiden.

Die durch die Nahrung dem Körper zu-

Digitized by Google

geführte Spannkraft wird frei und zur lebendigen Kraft, zur Arbeit, zur Wärme durch den Sauerstoff, welchen das Blut, getrieben durch des Herzens unermüdlichen, gleichmäßigen Schlag, fortwährend selbst in die entferntesten Körperteile führt. Je intensiver nun ein Organ, eine Muskelgruppe arbeitet, desto größer muß auch ihr Sauerstoffbedürfnis sein, und in der That fließt dann auch einer solchen Arbeitsstätte in der Zeiteinheit eine größere Blutmenge zu, als es während der Ruhe des betreffenden Teiles geschieht. Daraus folgt, daß nach einer Nahrungsaufnahme, die eine erhöhte Thätigkeit der Verdauungsorgane und damit einen erhöhten Blutzufluß dorthin zur Folge hat, der übrige Körper ruhen soll, um nicht durch eine zweite Thätigkeit die Blutwelle zu teilen und damit die Ausnützung der aufgenommenen Speisen und ihre Ueberführung in den Körper zu beeinträchtigen. Ganz besonders braucht der Handarbeiter nach einer Hauptmahlzeit eine 1—1½stündige Ruhepause (also Ruhepause, nicht etwa Schlaf, der ebenfalls nur ein Hemmer der Verdauung ist), da der Arbeiter wegen seiner beschränkten Vermögenslage nicht im stande ist, das für ihn erforderliche Eiweiß und Fett allein in der leichter verdaulichen aber teuereren Form des Fleisches vom Pflanzenfresser aufzunehmen, sondern zu einem großen Teil auf die zwar billigere, aber voluminösere und schwerer verdauliche Pflanzenkost selbst angewiesen ist. Wenn es ihm nun durch Beginn einer zweiten Arbeit nicht gelingt, die in seinen Speisen aufgenommenen Kalorien sich wirklich nutzbar zu machen, bedeutet das für ihn nicht nur einen augenblicklichen wirtschaftlichen Schaden, sondern es kann auch in obigem Sinne einen bleibenden Nachteil zur Folge haben. Darum wird es zur Pflicht, daß die Quellen einer menschlichen Arbeitskraft sowie einer gesundheitlichen Fortführung des Lebensprozesses ohne Beschränkung und Trübung für jedes Individuum voll zur Ausnützung kommen, daß ferner diese Quellen aber auch wirklich vorhanden sind. Nahrungsmittel und Sauerstoff sind die unerläßlichen Forderungen für Arbeit und Leben, und wenn auch die kulturelle Entwicklung des Menschengeschlechts nur den letzteren uns unentgeltlich und reichlich gelassen hat, so haben doch auch die ersteren keineswegs Preise erlangt, die nicht jedem gestatten, den Erwerb seiner Nahrungsmittel durchaus in Einklang zu halten mit den Erträgen seiner Arbeit. Es kommt allein darauf an, daß bei der Zusammensetzung der einzelnen Mahlzeiten die erforderlichen Nährstoffe in richtigem Verhältnis vorhanden sind, und daß man lernt, diese Nährwerte auch aus billigen Nahrungsmitteln zu gewinnen, was heute sehr wohl noch geschehen kann. Deshalb braucht keineswegs die Schmackhaftigkeit der Mahlzeit zu leiden, und wie eine untüchtige Köchin das gesuchteste Nahrungsmittel verderben kann, so kann kluge, sorgfältige Kochkunst das billigste so schmackhaft machen, daß es gern und mit Appetit genossen wird.

Anleitung für Laien über die Wiederbelebung von Scheintoten und über die erste Hülfeleistung bei Unglücksfällen.

In Oesterreich ist eine neue Verordnung betreffend die Regelung der Totenbeschau erlassen und derselben als Anhang folgende Anleitung für Laien über die Wiederbelebung von Scheintoten und über erste Hilfe bei plötzlichen Unglücksfällen beigegeben worden.

Bei Scheintod sind vor allem die Ursachen desselben zu beseitigen, welche am häufigsten in Atmungshindernissen bestehen:

Ertrunkene lege man auf die Seite oder auf den Bauch und reinige den Mund und Rachen derselben mit einem Tuche, welches mit dem Zeige- und Mittelfinger möglichst tief eingeführt wird, vom Schlamme. (Hernach künstliche Atmung: s. unten.)

Niemals soll man aber Ertrunkene auf den Kopf stellen.

Bei Erhängten löse man zunächst den um den Hals geschlungenen Strick und unterstütze dabei den Körper, damit er nicht durch Herabfallen anderweitigen Schaden nehme.

In schädlichen Luftarten Verunglückte trage man sofort in's Freie.

Bevor man die Räume, welche mit schädlichen Luftarten erfüllt sind, betritt, sorge man jedoch für ausgiebige Lüftung derselben durch Oeffnung aller Fenster und Thüren, damit man selbst hiebei keinen Schaden leide.

Ist der Verunglückte in einem Keller oder Brunnen oder Kanal u. dgl., so steige man

Digitized by Google

mit der größten Vorsicht hinab, schütze sich Mund und Nase durch ein in Kalkwasser getränktes Tuch und sorge dafür, daß man bei eintretender Gefahr schleunigst wieder heraufgezogen werden könne; man suche sich durch ein vorher hinabgelassenes Licht zu überzeugen, inwieweit die Luft noch zur Atmung tauglich ist.

Wenn in einem Raume Leuchtgas vermutet wird, was sich durch den Geruch kundgibt, darf derselbe nicht mit Licht betreten werden.

Besteht das schädliche Gas aus Kohlensäure, so kann es durch Ausgießen von Kalkmilch in dem betreffenden Raume einigermaßen unschädlich gemacht werden.

Erfrorene sind in einem ungeheizten Raume langsam zu erwärmen, indem man sie vollständig entkleidet, mit Schnee oder nassen Tüchern allseits abreibt, oder sie in ein ganz kaltes Bad legt, wobei man sorgfältig zu beachten hat, daß die durch die Kälte steif gewordenen Glieder keinen Schaden leiden.

Erfrorene können nicht selten auch noch dann gerettet werden, wenn sie sich bereits mehrere Stunden im Zustande der Erstarrung befunden haben.

Personen, welche vom Blitze getroffen, oder vom Hitzschlag oder Sonnenstich befallen wurden, entkleide man rasch und übergieße dieselben mit kaltem Wasser und mache ihnen kalte Umschläge auf den Kopf.

Bei Vergiftungen mit ätzenden Giften, wie Scheidewasser, Vitriolöl, Salzsäure, Lauge u. dgl. lasse man viel Wasser trinken, welchem man Kreide oder etwas Seife bei Säurevergiftungen, bei Lauge hingegen Essig, Citronensaft oder Weinsäure zusetzt, oder man gebe viel Milch.

Bei allen anderen Vergiftungen suche man Erbrechen zu erregen, indem man mit dem tief eingeführten Finger oder einem Federbarte den Gaumen und den Schlund reizt.

Nötigenfalls lasse man vorher größere Mengen warmen Wassers oder noch besser warme Milch trinken.

Bei Phosphorvergiftungen dürfen fetthaltige oder ölige Flüssigkeiten nicht gegeben werden, dagegen empfehlen sich schleimige Abkochungen (Reis-, Gersten oder Haferschleim).

Bei Verletzungen entsteht die größte Lebensgefahr aus starken Blutungen.

Wenn eine größere Schlagader stoßweise und im Strahle blutet, so drücke man zuerst mit einem oder beiden Daumen auf die blutende Stelle oder etwas oberhalb derselben, wo der Puls der Schlagader zu fühlen ist.

Diesen Druck kann man verstärken, wenn man einen festen, harten Gegenstand, etwa einen glatten, mit einem Tuche umwundenen Stein, oder, wenn die blutende Stelle etwas uneben ist, ein fest zusammengewundenes Tuch aufdrückt oder fest aufbindet.

Bei Blutungen an einer Extremität bindet man letztere oberhalb der blutende Stelle mit einem elastischen Hosenträger oder mit einem Tuche ab, welches mittelst eines unter dem Knoten durchgeschobenen Hebels angezogen wird.

Bei allen Verletzungen, insbesondere aber bei Knochenbrüchen sorge man für eine ruhige Lage des Verletzten, wobei der beschädigte Teil immer möglichst hoch gelagert werden soll.

Bei Verbrennungen oder Aetzungen lege man Oelumschläge auf.

Bei Bissen an einer Extremität ist letztere oberhalb des Bisses in derselben Weise, wie bei Blutungen beschrieben wurde, fest abzubinden.

Bei allen erwähnten Unglücksfällen kann Scheintod eintreten und die Atmung stocken.

Wenn aber die verschiedenen Mittel, welche bereits früher angeführt wurden, die Wiederbelebung des Verunglückten nicht erzielen, ist die künstliche Atmung einzuleiten.

Dieselbe ist bei Erfrorenen, nachdem diese ihre Steifheit verloren haben, bei Ertrunkenen, Erhängten, Erwürgten, in schädlichen Luftarten Erstickten, vom Blitze Getroffenen, in folgender Weise auszuführen:

Man lege den entkleideten Verunglückten mit dem Rücken auf den Fußboden auf eine Decke oder Matratze und erhöht das Kreuz durch ein untergeschobenes Kissen.

Die Zunge wird mit einem Tuch angefaßt, aus dem Munde hervorgezogen und festgehalten, damit dieselbe nicht zurückfallen und den Eingang zum Kehlkopf verschließen kann.

Hierauf kniet man rittlings über den Hüften des Scheintoten nieder und drücke mit beiden an die Seiten des Brustkorbes flach angelegten Händen den Brustkorb langsam aber kräftig zusammen, so daß hörbar Luft aus den Atmungswegen entweicht und lasse dann plötzlich mit dem Drucke nach, so daß sich der zusammengedrückte Brustkorb

Digitized by Google

wieder ausdehnen kann. Dies wiederhole man beiläufig 15 Mal in der Minute.

Wenn man einen Helfer zur Verfügung hat, so hat dieser hinter dem Kopf des Verunglückten zu knien und in dem Augenblicke, in welchem man mit dem Drucke auf den Brustkorb nachläßt, beide Arme des Verunglückten schräg hinter dem Kopf desselben zu erheben.

Wenn dann der Brustkorb wieder zusammengedrückt wird, so hat der Helfer die beiden Arme wieder zu senken und sie auch an die Seite des Brustkorbes anzupassen, wodurch die Verkleinerung des Brustkorbes befördert wird.

Dieses Verfahren darf jedoch nicht angewendet werden, wenn an den Armen oder am Brustkorbe des Verunglückten Knochen gebrochen sind.

Abwechselnd mit dieser Methode sind Brust, Rücken, Arme und Beine mit kaltem Wasser zu bespritzen, mit in kaltes Wasser getauchten Tüchern zu schlagen, kräftig abzureiben oder mit groben Bürsten zu bearbeiten.

Ferner ist das Innere der Nase und des Rachens mit einem Federbart, welcher, wenn möglich in Salmiak getaucht wird, zu reizen.

Sobald der Verunglückte wieder atmet, lasse man ihn noch einige Zeit ruhig liegen, hülle ihn in warme Decken und flöße ihm einige Löffel starken Wein oder starken schwarzen Kaffe ein.

Alle vorstehenden Vorkehrungen sind nur als erste Hülfeleistung von Laien zu veranlassen und ist jedes Mal bei Scheintod oder plötzlichen Unglücksfällen für die unverzügliche Herbeirufung eines Arztes Sorge zu tragen.

Verhütung von Ohrkrankheiten, besonders von „Ohrflüssen."

Einer im Verlag von S. Karger (Berlin) erschienenen Broschüre von Dr. Gerber in Königsberg entnehmen wir folgende Regeln, deren Beobachtung Ohrenleidenden sowie solchen, die es nicht werden wollen, dringend zu raten und denen weiteste Verbreitung in Familien und Lehrerkreisen zu wünschen ist:

1. Es ist ein törichter und gefährlicher Aberglaube, daß eine Ohreiterung (ein „Ohrfluß") als Ableitung kranker Säfte nützlich sein könne. Ihr Bestehen vielmehr kann jederzeit sowohl für das Ohr wie für das Leben die höchsten Gefahren herbeiführen. Sie kann in jedem Alter zur Taubheit und durch Uebergreifen auf Gehirnhäute und Gehirn zum Tode führen, in frühester Kindheit zur Taubstummheit. Es sind daher alle Mittel zu ihrer Verhütung und, wenn sie dennoch eingetreten, zu ihrer Beseitigung zu versuchen.

2. Da erfahrungsgemäß die meisten Ohreiterungen durch Erkrankung der Nase und des Halses entstehen, so sind diese in erster Reihe gesund zu erhalten, was auch um ihrer selbst wie des übrigen Körpers — besonders der Lungen — wegen notwendig ist. Hierzu sollen folgende Vorschriften anleiten:

3. Es wird im allgemeinen falsch geschnäuzt, so daß schon dadurch allein, bei anscheinend gesunder oder auch nur leicht verschnupfter Nase, das Ohr gefährdet werden kann. Es dürfen beim Schnäuzen nie beide Nasenlöcher zugleich zugedrückt werden, vielmehr sind die Kinder von früh auf daran zu gewöhnen, daß sie zur Entleerung des rechten Nasenloches nur das linke, zur Entleerung des linken nur das rechte zudrücken.

4. Von größter Bedeutung für das Ohr ist es (und für Hals und Lungen nicht weniger), daß die Kinder stets nur durch die Nase bei geschlossenem Munde atmen. Wo dies nicht der Fall ist, die Kinder, besonders nachts, den Mund offen halten und schnarchen, durch die Nase sprechen, an beständigem Schnupfen leiden oder sonstige Anzeichen einer Nasenverstopfung darbieten, da ist der Arzt um Rat zu fragen.

5. In keinem Falle ist ohne ärztliche Verordnung etwa die Nasenspritze, ein Irrigator, die Nasendouche und ähnliches anzuwenden; dadurch kann direkt eine Ohreiterung veranlaßt werden.

6. Höchst wichtig ferner für die Gesundheit des Ohres wie des gesamten übrigen Körpers ist die gewohnheitsmäßige Reinigung der Mundrachenhöhle. Von der Geburt an bis zu dem Zeitpunkte, wo die Kinder sich selbst waschen und reinigen lernen, ist die Mundhöhle und späterhin das Gebiß mit einem in Borwasser getauchten Wattebausch, besonders nach den Mahlzeiten, regelmäßig auszuwaschen. Die heranwachsenden Kinder werden strenge dazu angehalten, sich wenigstens drei Mal

Digitized by Google

täglich, nach den Hauptmahlzeiten, den Mund zu spülen und den Rachen auszugurgeln und wenigstens einmal täglich, am besten abends, die Zähne mit einer Zahnbürste zu putzen, die eventuell mit Zahnseife oder Zahnpulver versehen werden kann. Dem Spül- und Gurgelwasser setzt man zweckmäßig etwas von einem „Mundwasser" zu, das am besten einesteils aus Thymol, Salol, Benzoesäure, Eucalyptus und ähnlichem, zum anderen Teile aus Alkohol und etwas Pfeffermünzöl besteht. Für Unbemittelte genügt es auch, dem Wasser eine Messerspitze Kochsalz zuzusetzen.

7. Leiden die Kinder an häufigen Halsentzündungen, oder zeigt es sich, daß die Mandeln zu groß sind, so muß gleichfalls ärztlicher Rat eingeholt werden. Die Entfernung der Mandeln bringt dem Körper keinen Nachteil.

8. Wird über Schmerzen in einem Ohr oder in beiden zugleich oder auch nur über Völle und Verlegtsein derselben geklagt, oder zeigt es sich, daß die Kinder schlecht hören, was oft nur in der Schule bemerkt und öfter als Unaufmerksamkeit aufgefaßt wird, so ist eine sorgfältige ärztliche Untersuchung notwendig.

9. In keinem Falle ist ohne ärztliche Verordnung die Ohrenspritze anzuwenden; durch dieselbe kann ein gesundes Ohr krank, und ein krankes noch kranker gemacht werden.

10. Der von dem herbeigerufenen Arzte etwa als notwendig empfohlene Einstich in das Trommelfell schadet weder dem Gehör noch sonst dem Körper, ist vielmehr oft das einzige Mittel, beide zu erhalten.

11. Die hier gegebenen Ratschläge und Vorschriften gelten für gesunde wie kranke Tage. Doppelt gewissenhaft sind sie aber zu befolgen bei Katarrhen der Nase und des Halses, Influenza, Masern, Scharlach, Diphtherie, sowie auch bei Lungenentzündung, Typhus, Gesichtsrose und Windpocken. Bei allen diesen Krankheiten sind besonders die unter 3. und 6. auf die Reinigung der Nase und Mundrachenhöhle bezüglichen Vorschriften zu beherzigen.

12. Bewußtlosen Kranken ist Nase, Mundhöhle und Rachen von den pflegenden Personen nach ärztlicher Vorschrift zu reinigen. Lange Zeit hindurch bettlägerige Kranke sind möglichst viel in der Seitenlage zu betten, um eine Ansteckung des Ohres von der Nase aus möglichst zu vermeiden.

Wüsterchen von Kurpfuscherei.

Wie üppig die Kurpfuscherei heutzutage, Dank den zahlreichen, auch gut bezahlte Annoncen, Reklamen und Inserate zweifelhaftester Gattung hinsichtlich Krankheiten zulassenden Zeitungen und unterstützt durch die fabelhafte Leichtgläubigkeit des Publikums blüht, lehrt die tägliche Erfahrung sowie ein Blick in die Inseratenabteilungen, die sog. goldenen Seiten der Tagesblätter. Wir haben wiederholt darauf hingewiesen, wie sehr dieses Unwesen auch bei uns gedeiht, ebenso wie teilnahmlos oder energieschwach im allgemeinen Medizinalpolizei und Sanitätsorgane dagegen sich verhalten. In Deutschland wird in dieser Beziehung weit mehr gethan, um die Bevölkerung über das gemeinschädliche Gebahren der Quacksalber aufzuklären, sie davor öffentlich zu warnen, d. h. durch Bekanntmachungen in den gleichen Zeitungen, in welchen jene Beutelschneider sich „rekommandieren" (durch erlogene und erfundene Zeugnisse 2c.). Solche Warnungen, sich denselben anzuvertrauen, sind gewiß sehr am Platz und auch oft wirksam, trotzdem ja, aller Belehrung zum Trotz, bei einem Teil des lieben Publikums auch ungeachtet des 8. Schuljahres immer Neigung vorhanden sein wird, sich in Gesundheitssachen anführen zu lassen.

Rühmliche Beispiele für Bekämpfung des Kurpfuscherschwindels in Deutschland sind Behörden, wie der Ortsgesundheitsrat von Karlsruhe, das Polizeipräsidium in Berlin, der Regierungspräsident in Wiesbaden, die Stadtärzte von Stuttgart (in Verbindung mit dem Polizeiamt). So warnt der Berliner Polizeivorstand wiederholt vor dem in Zeitungen zur Behandlung aller möglichen Krankheiten angepriesenen und auch bei uns noch geübten sogen. Lebenswecker (Baunscheidtismus). Ein ehemaliger Gutsbesitzer veröffentlichte, wie es bei uns die Schwindelpoliklinik in Glarus ohne Verbot dagegen in anderen Kantonen beständig thun darf, zahlreiche Dankschreiben vorgeblich geheilter Leute. Solche, welche sich an ihn wandten, erhielten neben brieflicher Konsultation (ein Humbug ersten Ranges) an-

Digitized by Google

geblich homöopathische Mittel, welche aus einer Apotheke zugeschickt wurden. Eine derartige sehr wissenschaftliche und gewiß höchst wirkungsvolle „Behandlung" kostete den Geprellten mindestens 15 Frs.

Der Regierungspräsident in Wiesbaden machte im Hinblick darauf, daß gewisse Kurpfuscher in Zeitungen wiederholt Danksagungen von brieflich geheilten Kranken veröffentlichten, das Publikum auf die Unzweckmäßigkeit brieflicher Krankenbehandlungen und die daraus möglicherweise entspringenden schädlichen Folgen aufmerksam. (Dies gute Exempel sei unseren Behörden zur Nachahmung ernstlichst empfohlen, wenn man die Medizinal-Gesetzgebung doch nicht als wirksame Waffe anwenden zu können glaubt.)

Der Ortsgesundheitsrat in Karlsruhe warnt vor dem sehr schlecht beleumundeten Industrieritter Wöhrle in Friedrichshafen, der von dieser Bodenseestadt aus auch in die Schweiz hinein mit seinem „Bruchheilmittel" praktiziert. Derselbe ist schon wegen Diebstahl 2c. wiederholt bestraft worden. Um dem gerade in medizinischen Dingen noch stark verbreiteten Volksaberglauben entgegenzukommen, versendet jener Heilkünstler, auch auf briefliche Anfrage (gerade bei Brüchen der größte Unsinn!) gegen Nachnahme von Fr. 12. 50 ein Leinwandsäckchen. Dieses muß laut vorsündflutlicher Gebrauchsanweisung an einer Seidenschnur um den Hals getragen und darf niemals geöffnet werden, wenn der Erfolg sicher sein soll. Außerdem verordnet er, daß der Patient 12 Wochen lang Tag und Nacht ein gutsitzendes Bruchband zu tragen (das allein Rationelle der ganzen Kur, aber die Beschränkung auf die Zeit ganz widersinnig) und daß er bestimmte Gebete (!) zu verrichten habe! In dem Säckchen befindet sich ein Pappdeckel, auf dem eine Anzahl Tierfüße, anscheinend von Maulwürfen, aufgenäht sind.

Ueber Reinhaltung der Augen durch Waschungen.

Im „Gesundheitslehrer" hat Docent Dr. Herrnheiser einen Aufsatz über das Waschen der Augen veröffentlicht, dem wir folgendes entnehmen:

Eine Frage, welche gar nicht selten an den Arzt gerichtet wird, ist die, ob die Augen gewaschen werden sollen und was für Wasser, ob kaltes oder laues hierzu genommen werden soll. Die Antwort darauf ist in zweierlei Richtungen zu geben. Einer Waschung, ja sogar einer gründlichen Reinigung, bedarf täglich die Haut der Lider, namentlich der Lidrand. Der Augapfel selbst und die Bindehaut, welche ihn überzieht, bedürfen hingegen des Waschens zum Zwecke der Reinigung unter normalen Verhältnissen nicht, weil dies schon anderweitig besorgt wird.

Die Bindehaut und die Tränendrüse liefern nämlich so viel Flüssigkeit, daß die ganze freie Oberfläche des Augapfels und der Bindehaut mit einer ganz dünnen Feuchtigkeitsschicht überzogen sind. Die zahlreichen Bewegungen der Lider besorgen dann das Abscheuern allfallsiger, darauf befindlicher Fremdkörper kleinsten Kalibers. Die Bewegungen erfolgen derartig, daß die Hauptmasse gegen den inneren Augenwinkel zu geschoben wird, woselbst sie sich auch ansammelt.

So ist es einem jeden bekannt, daß schon bei leichtem Katarrh das Sekret (die Absonderung) sich im inneren Augenwinkel ansammelt. Hier können die Stoffe leicht herausgewischt werden. Bei stärkerer Absonderung verklebt dann vom inneren Augenwinkel her der ganze Lidrand. Daß die zwei genannten Faktoren, Bespülen mit der Tränenflüssigkeit und Scheuern mit dem Lide, unter gewöhnlichen Verhältnissen ausreichen, erkennt man bei jenen Kranken, die an einer Lähmung der Nerven leiden, welche die Tränenabsonderung und die Lidbewegung beeinflussen.

Unzweckmäßig ist es, sich die Augen derartig auszuspülen, daß man, über ein Lavoir gebeugt, mit dem Wasser gegen das Auge plätschert. Das Wasser wirkt als ein Fremdkörper und erzeugt Reizzustände, die namentlich mit einer Blutüberfüllung und Rötung der Bindehaut einhergehen. Man empfindet dann ein lästiges Brennen im Auge. Desgleichen ist es für das Auge nicht gleichgültig, wenn man beim Baden mit geöffneten Augen unter das Wasser taucht.

Um nun zur Waschung der Lidhaut zurückzukehren, so bedarf es bezüglich des Wärmegrades des anzuwendenden Wassers keiner besonderen Vorschriften; es ist dies dem persönlichen Wohlbefinden zu überlassen. Mir

Digitized by Google

erscheint es zweckmäßiger, wenn man das Gesicht sowohl wie auch die Lidhaut mit kühlem Wasser wäscht. Die Angst vor Anwendung kälteren Waschwassers für die Augen ist ganz unbegründet. Die Abhärtung der Haut ist bei dem Gebrauche des kalten Wassers sicherer zu erwarten, und auch die Lidhaut soll gegen Wind und Wetter widerstandsfähiger gemacht werden. Nur bei gewissen Erkrankungen, wie: schweren Entzündungen der Hornhaut und Regenbogenhaut, empfinden die Kranken — aber auch da nicht einmal alle — bei dem Gebrauche kalten Wassers einen gewissen Schmerz.

Auf das regelmäßige Waschen der Haut des Lides, also jener Körperpartie zwischen den Augenbraunen und den Wimpern, ist namentlich von französischen Augenärzten großes Gewicht gelegt worden. Sie machten darauf aufmerksam, daß gewisse Lidrand-Entzündungen, die sich für den Laien durch Röte des Lidrandes und Bildung von Borken und Krusten an der Wurzel der Wimperhaare zu erkenen geben, bei regelmäßiger Waschung, die morgens und abends vorgenommen wird, verschwinden. Die Erklärung hierfür ist leicht gegeben. An der stets etwas feuchten Haut des Lides bleibt viel Staub haften und wenn dieser nicht mechanisch entfernt wird, so setzt er sich namentlich in großer Menge am Lidrande an und gibt so Veranlassung zu Reizung. Daß dem so ist, davon kann sich jeder leicht überzeugen, wenn er tagsüber mit einem reinen trockenen Wattebäuschchen die Lidhaut reibt. Er wird staunen, welche Staubmassen sich da angelegt haben. Wichtig ist die Kenntnis dieser Thatsache für Personen, die durch den Beruf gezwungen sind, sich in staubigen und rußigen Räumlichkeiten lange aufzuhalten.

Die Reinigung der Lidhaut wird mit Seife vorgenommen (wobei das Auge geschlossen werden sollte, denn Eindringen von Seife in den Bindehautsack desselben reizt das Auge und erzeugt schmerzhaftes Brennen (Red.) oder es genügt, dem Wasser etwas Essig (auf einen Liter Wasser einen Eßlöffel voll) zuzusetzen.

Einige Winke noch, was die Anwendung kalter Umschläge auf die Augengegend anbelangt! Man macht im Gebiete der Augenheilkunde dieselbe Erfahrung, wie in den anderen der Medizin, nämlich die, daß unter „kalten Umschlägen" Folgendes verstanden wird: Man nimmt einen Lappen, taucht ihn in kaltes Wasser ein, legt ihn auf und läßt ihn lange liegen. Da auch, wenn der Mensch nicht fiebert, in einem Zeitraum von 5 Minuten der Umschlag einen ganz beträchtlichen Wärmegrad erreicht hat, so wird man wohl einsehen, daß die Vorstellung, der Patient werde mit kalten Umschlägen behandelt, eine irrige ist.

Für das Auge empfiehlt es sich, kalte Umschläge in folgender Weise anzuwenden: In erster Linie sehe man auf Reinlichkeit. Reine Leinwandläppchen oder Wattebäuschchen, frei von jedem Schmutze, werden in ein zuverlässig sauberes, kaltes Wasser, womöglich Brunnenwasser, getaucht, soweit ausgedrückt, daß sie nicht triefen, und auf das Auge, dessen Lider geschlossen werden, aufgelegt. Nach einer Minute muß das Läppchen wiederum in das kalte Wasser eingetaucht werden. Am zweckmäßigsten ist es, daß man die notwendige Kühle durch Eis erzielt. In eine breite Schale wird klein geschlagenes Eis gegeben, auf dieses dann ein Gefäß mit dem Wasser gestellt. Am bequemsten ist es, wenn der Kranke in Rückenlage, im Bette oder auf einem Kanapee, die Umschläge anwendet und das Gefäß mit dem kalten Wasser auf einem Sessel neben sich stehen hat. Eine öftere Verwendung desselben Wattebäuschchens ist nicht anzuraten, weil durch die weiteingetauchten Finger, wenn sie nicht vorher auf das sorgfältigste gewaschen sind, immerhin eine beträchtliche Verunreinigung des zur Kühlung verwendeten Wassers erfolgt.

Das soll man sich merken und anwenden, wenn der Arzt kalte Umschläge auf das Auge anordnet.

Tiefatmen!

Ueber die von so vielen Leuten, namentlich beim Sitzen und Stehen, vernachlässigte Atempflege schreibt Dr. Dornblüth, auf die Wichtigkeit der Tiefatmungen hinweisend, folgendes:

Tiefe Atemzüge, das Ziel der Atmungsübung, schaffen nicht nur mehr Luft in die Lungen, nicht nur mehr Sauerstoff in das Blut und mehr Kohlensäure aus demselben, erleichtern und vermehren diesen Austausch

Digitized by Google

im Blute und in allen Körperteilen, sondern sie machen auch die Atmungsorgane geräumiger und leistungsfähiger. Sie machen die Lungen und den Brustkorb größer und beweglicher und bereiten neben dem dauernden Gewinn der gewöhnlichen, regelmäßigen Atmung eine erhöhte Leistungsfähigkeit für außergewöhnliche Anstrengungen. Durch häufiges und regelmäßiges Tiefatmen werden die Lungen in allen ihren Teilen entfaltet und gelüftet, was besonders für die Lungenspitzen notwendig ist, die dadurch von Stockungen und der gefährlichen Ansiedelung des Tuberkelbazillus bewahrt bleiben. Die Rippen wachsen und werden beweglicher in ihren Gelenken, hinten an der Wirbelsäule und vorn am Brustbein, wodurch die Brust größere Breite und stärkere Wölbung gewinnt und, da zugleich das Zwerchfell straffer und bewegungsfähiger wird, den Lungen und dem Herzen mehr Raum gewährt und stärkeren Wechsel zwischen dem Luftgehalt der Ein- und Ausatmung gestattet. Außerdem werden durch kräftige Atembewegungen noch die Muskeln gestärkt, welche den Rückgrat strecken und gerade halten und den Kopf aufrecht tragen: eine Grundbedingung schöner Körperhaltung.

Das Schlafbedürfnis des Menschen.

Immer wieder bekommt man Erzählungen von Männern zu hören, die außerordentliche Leistungen an geistiger Arbeit mit äußerst geringem Schlafbedürfnis verbunden haben sollen. So wird von einigen Geistesgrößen berichtet, daß sie Monate und Jahre lang mit ganz geringen Ruhepausen an der Arbeit gewesen sein und doch nur 6 oder gar bloß 4 Stunden geschlafen haben sollen. Es sei nur an Alexander v. Humboldt erinnert, der nach der Ueberlieferung in seinen jüngeren Jahren immer nur die Lampe herunterschrauben und etwa 2 Stunden in seinem Lehnstuhl zu schlafen pflegte, um dann die Arbeit sofort wieder aufzunehmen. SolcheErzählungen werden gewöhnlich als Thatsachen hingenommen, an denen ein Zweifel nicht erlaubt sei und sogar in wissenschaftlichen Abhandlungen immer wieder erwähnt. Auch ein neueres Handbuch über Nervenkrankheiten enthält die Angabe, daß einige wenige Leute wohl mit 4 oder 5 Stunden Schlaf auszukommen vermögen, während die meisten 8—10 Stunden brauchen. Es gilt also im allgemeinen als ausgemacht, daß solche Geistesheroen, wie Napoleon I. und um noch einen aus der Gegenwart zu nennen, Edison nicht nur mehr Arbeit leisten, als andere Menschen, sondern auch der Ermüdung weniger unterliegen, so daß sie mit der halben Schlafzeit auskommen. Vor nichts muß aber dringender gewarnt werden, als solche Ausnahme-Beispiele nachzuahmen, deren Wahrheit übrigens gar nicht so unbedingt angenommen werden muß. Jedenfalls sind jene Erzählungen nach den Naturgesetzen ein Unding. Es gibt keine Maschine und es ist auch keine möglich die ein Maximum von Arbeit bei einem Minimum von Ruhe zu leisten vermag, vielmehr muß der Kräfteverbrauch der geleisteten Arbeit immer gleichwertig sein. Die Leistung einer Uhr, die acht Tage lang, ohne neu aufgezogen zu werden, im Gange bleibt, erscheint uns außerordentlich und entspricht doch eben nur genau der Arbeit, die sie entsprechend der Anspannung der Feder zu liefern vermag. Es ist eine schwierige Frage, ob der Mensch wirklich, wenn auch nur in Ausnahmefällen, dazu befähigt ist, dieses Naturgesetz umzukehren. Wahrscheinlich ist die richtige Lösung der Frage die Behauptung, daß überhaupt kein Mensch auf die Dauer seinen Geist stark anzuspannen vermag, ohne ihm auch eine entsprechende Ruhe in Form von Schlaf zu gönnen. Es gibt vielleicht nicht viele Dinge, in denen der Mensch leichter einer Enttäuschung ausgesetzt ist, als in Bezug auf die Dauer seines Schlafes. Es ist gar nicht ungewöhnlich, daß Leute sagen, sie hätten überhaupt nicht geschlafen, wenn sie in Wahrheit nur einige kurze Unterbrechungen innerhalb ihrer gewohnten Schlafdauer erlitten haben. Vielleicht schläft ein Edison gewöhnlich nur vier Stunden — wenn er es selbst sagt, so wird er auch davon überzeugt sein — aber dann ist er jedenfalls eine sehr seltene Ausnahme und schwerlich kann er solche Enthaltsamkeit dem Schlaf gegenüber lange vertragen. Allerdings kommt ja andauernde Schlaflosigkeit bei Menschen vor, wie jedes Irrenhaus den Arzt lehren kann, aber die Opfer eines solchen krankhaften Zustandes werden aufgerieben oder verbringen ihr Leben überhaupt unter Aus-

Digitized by Google

schluß normaler geistiger Bethätigung. In der normalen Beschaffenheit aber ist es äußerst zweifelhaft, ob jemand tüchtige geistige oder körperliche Thätigkeit auf längere Zeit hinaus zu leisten im stande ist, wenn er nicht wenigstens 6—8 Stunden schläft. Für einen Menschen im besten Alter und in stärkster Thätigkeit sind 8 Stunden Schlaf keineswegs zu viel, und es würde wahrscheinlich von sehr ernsten Folgen begleitet sein, wenn jemand planmäßig seine Schlafzeit herabsetzen wollte.

Das rote Kreuz Nr. 21.

Zur Einführung von Schulärzten.

In Deutschland bricht sich die sehr wichtige Einrichtung von besonderen Schulärzten in immer zahlreicheren Orten Bahn und wird der ängstliche und philisterhafte Standpunkt der Behörden in der preußischen Stadt Quedlinburg, welche von jenem Fortschritte nichts wissen wollte, weil er ins Gebiet der Sozialdemokratie (!) gehöre, mit Recht anderorts nicht geteilt. In der ostpreußischen Universitätsstadt Königsberg ist die Anstellung von 10 Schulärzten in Aussicht genommen und auch in Berlin findet dieselbe Eingang. Die Dienstanweisung für die neuen, zum Nutzen der Jugendgesundheitspflege arbeitenden Beamten der erstgenannten Stadt lautet:

Die Schulärzte sollen den Gesundheitszustand der Schüler überwachen, sie sollen ferner den Leitern und Lehrern der Schulen in schulgesundheitlichen Fragen die nötige Auskunft erteilen. In Erfüllung dieser Pflichten haben sie die neueintretenden Schüler möglichst bald genau auf ihren Gesundheitszustand zu untersuchen und dabei festzustellen, ob ein Kind einer besonderen Berücksichtigung bei dem Unterricht, zum Beispiel bei Ausschließung oder Beschränkung in einzelnen Fächern (Turnen, Singen), oder Anweisung besonderer Sitzplätze bei Kurzsichtigkeit oder Schwerhörigkeit bedarf. Ueber jedes Kind muß ein Gesundheitsbogen ausgefüllt werden, der es von Klasse zu Klasse bis zur vollendeten Schulzeit begleitet und ihm bei einem Schulwechsel mitgegeben wird. In dem ersten Teile einer alle 14 Tage abzuhaltenden Sprechstunde sollen jedesmal zwei bis vier Klassen einem Besuche des Schularztes unterzogen werden, wobei dieser die sämtlichen Kinder äußerlich besichtigt und die einer speziellen Untersuchung bedürftigen zurückstellt. Sodann folgt die genauere Visitation der zurückgestellten und der von den Lehrern aus besonderer Veranlassung zugeführten Kinder anderer Klassen. Eine Behandlung der krank Befundenen soll von dem Schularzte nicht übernommen werden; die Kinder werden vielmehr mit einer schriftlichen Meldung über den Krankheitsbefund den Eltern nach Hause geschickt Auch außerhalb der regelmäßigen Schulbesuche können dem Schularzte von dem Schulleiter solche Kinder, die einer ansteckenden Krankheit verdächtig sind, in die Sprechstunde gesendet werden. Die gesamten Räume der Schulen sollen zweimal im Jahre von dem Schularzte unter Zuziehung des Schulleiters und eines städtischen Baubeamten untersucht werden; auch während der regelmäßigen Schulbesuche sind die Heizung, Ventilation, Beleuchtung und die sonstigen sanitarischen Einrichtungen zu kontrollieren. Um die Lehrer mit den wichtigsten Fragen der Schulgesundheitslehre vertraut zu machen, sollen ihnen durch die Schulärzte im Winter hierüber Vorträge gehalten werden.

Blutvergiftung.

Im „General-Anzeiger von Hamburg Altona" war zu lesen: Beim Zubereiten von Fischen zog sich eine Frau vor einigen Tagen eine kleine Verletzung an der linken Hand zu. Sie beachtete indes die Wunde nicht weiter, bis sich unerträgliche Schmerzen einstellten und die Hand sowie der Arm unförmig anschwollen. Nun zog sie einen Arzt zu Rate. Der ließ sie nach dem Krankenhause bringen, da sie an einer sehr gefährlichen Blutvergiftung erkrankt war. Im Krankenhause mußte gleich nach ihrer Ankunft die Hand amputiert werden.

Sofortige Desinfektion auch der kleinsten Wunde und Schutzverband!

Digitized by Google

Zur Pflege des Volksbäderwesens.

Als Beweise für den regen Aufschwung, welchen im mächtig aufblühenden deutschen Reich auch die Förderung des Volksgesundheitswesens erfährt, sind die vor nicht langer Zeit geschehenen Gründungen von besonderen Vereinen und Gesellschaften für jenen wichtigen Zweck zu erwähnen. Dazu gehören 1) der deutsche Verein für Volksgesundheitspflege, dessen Organ wir in der letzten Nummer dieser Blätter unter Litteratur besprochen haben, und 2) die deutsche Gesellschaft für Volksbäder, welche im Oktober im kaiserlichen Gesundheitsamt ihre Hauptversammlung abgehalten hat. Es wurden von ihr u. a. auch Vorträge entgegengenommen über Hallenschwimmbäder und über neuzeitliche Volksbadanstalten.

Die immer mehr erwachende Bewegung für die Wiederbelebung des in vielen selbst größeren Ortschaften noch arg vernachlässigten Volksbadetums ist eine sehr erfreuliche Kulturerscheinung.

Heilstätte für Trinkerinnen

Frauen und Töchtern, die an Trunksucht leiden, finden freundliche Aufnahme in der
G60
Heilstätte Blumenau-Steg (Tössthal) Kt. Zürich.
Hausarzt: **Herr Dr. Spörri.** Hausvater: **Siméon Diemer.**

Chamer Milch

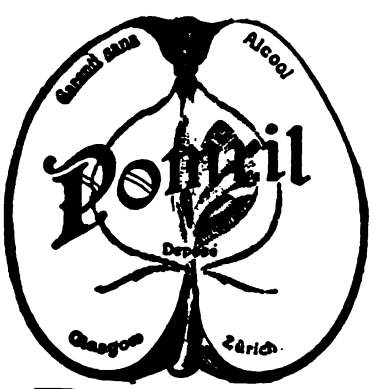
Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.
Vollkommenste Sterilisation.
Aerztlich empfohlene Kindernahrung.
Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.
Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

In Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

Winter-Pantoffeln
und
Finken
mit Hanfsohlen, in all. Nummern zu reduzierten Preisen.
Thürvorlagen
von Leder u. Cocosseil.
Läufer
60—120 cm breit.
Wischer und Bürsten etc.
empfiehlt bestens G56
D. Denzler, Seiler,
Sonnenquai 12 und Schweizergasse 4
Zürich I.

POMRIL,

ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.



Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velozipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.
Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.
Man erteile Probeaufträge an die 1960
POMRIL LIMITED Zürich
oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Alkoholfreie Weine, Bern in Meilen

G58

Diplome I. Cl: St. Gallen 1899, Wald 1900.

Reiner, sterilisierter Saft frischer Trauben, Aepfel und Birnen.

Vertreter in allen grössern Ortschaften der Schweiz.

Prospekte u. Preiscourant gratis u. franco

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich

J. Jezler-Müller.

Weisflog-Bitter

54G

hebt den Appetit, fördert die Verdauung, hindert die Magenversäurung.

Altstetten-Zürich **Dr. med. G. Weisflog's Witwe.**

Herz's Nervin gibt sofort schmackhafte Bouillons und verbessert Suppen, Saucen und Speisen. G9 G

Herz's Suppenrollen bieten nie ermüdende Auswahl guter, kräftiger billiger Fleischbrühsuppen.

Herz's Kindermehle, Haferflocken, Rizena, Tapiocas

sind unübertroffene Nährmittel für Gesunde und Kranke.

M. Herz, Präservenfabrik, Lachen am **Zürich see**

Hervorragendes Kräftigungsmittel

Eisen-Somatose (Somatose mit 2% Eisen in organ. Bindung) ärztl. empfohlen bei Bleichsucht. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.
Nur echt wenn in Originalpackung.

Orell Füssli, Verlag, Zürich.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett Preis 75 Cts.

Die Fehlgeburt „ 75 „

Den Frauen gewidmet von Prof. Dr. **Spöndy**, Hebammenlehrer in Zürich. G41

Die Krankenernährung und Krankenküche v. A. Drexler. Diätischer Ratgeber. 90 Cts.

103 Rezepte Engl. Puddings u. Cakes f. die deutsche Küche. Von Anna Rieter.

2. Auflage Fr. 1.20

Vorrätig bei **Th. Schröter's, Sortim. Zürich**, Seidengasse 7.

Hülfsbetten Tragbahren

zusammenlegbar und leicht transportabel, empfiehlt zu billigsten Preisen in solider Ausführung 52G

A. Geering-Beck

Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz" Zürich und Winterthur.

Das beste **Abführmittel** ist laut zahlreichen Attesten **ärztl. Autoritäten** das natürliche, in den meisten Spitälern offiziell eingeführte

Birmenstorfer Bitterwasser.

Es hat **keinen** unangenehmen Beigeschmack u. verursacht **keine** Beschwerden. — Vielfach prämirt mit **höchsten Auszeichnungen.**

Erhältlich in **Apotheken** und **Mineralwasserhandlungen.**

Aleuronatbrot

und Bisquits täglich beste Qualität.

A Scheuble

G21 Bäckerei

Holtingen — Zürich V.

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen kräftiger

Fleischbrühe

— nicht entfettet —

für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.

Zwei Portionen feinster

Kraftbrühe

— entfettet, extra stark —

für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.

Zu haben in den Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.

Druckarbeiten

aller Art, Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe u. Karten, Trauer- und Danksagungsanzeigen etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die

Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich.

Bei Bestellungen von Waren und Prospekte beziehe man sich auf die Schweiz. Blätter für Gesundheitspflege.

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Zürich, den 1. Januar 1900. Neue Folge. XV. Jahrgang. Nr. 24

Schweizerische Blätter für Gesundheitspflege.

Zugleich
Korrespondenzblatt für örtliche Gesundheitsbehörden.
Dem Schweizervolke gewidmet
von der Gesellschaft der Aerzte des Kantons Zürich.

Redaktion: Dr. med. Gustav Custer, prakt. Arzt in Zürich.
Verlag: Th. Schröter in Zürich, Seidengasse 7.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 4.80, halbjährlich Fr. 2.80. Für Deutschland 5 Mark
Erscheinen Mitte und Ende jedes Monats.
Insertionspreis: Die kleine Nonpareillezeile (45 mm) kostet 15 Cts. Insertionsaufträge nehmen die Expedition, Zürich, Seidengasse 7, und sämtliche Annoncenbureaux entgegen.

Inhalt: Lebensessenztropfen. — Schädigung der Kinder durch Alkohol. — Arbeit, ein Hauptgebot der Gesundheitspflege. — Zur Organisation der ersten Hilfe bei Unfällen und Krankheiten im Eisenbahnverkehr. — Gesundheitszustand im November 1900. — Tabelle über die Krankheiten der während des Monats November 1900 in Zürich Verstorbenen. — Witterung im November 1900. — Ueber die Verhütung der Bleichsucht. — Weise Beschränkung des Samariterwesens. — Billige Volksbäder. — Neue Litteratur. — Inserate.

Lebensessenztropfen.

Hasche nicht nach dem Glück! Thu schlicht Deine Pflicht. — Gelingt Dir das, so entbehrst Du es nicht.

Geduld ist ein edler Strauch voll Dornen, doch wer ihn pflegt, wird Rosen an ihm ziehen.

* * *

Ein heiterer Tod ist der Gewinn eines ernsten Lebens.

Schädigungen der Kinder durch Alkohol.

In seiner auf reicher Erfahrung in der Kinderpraxis beruhender Broschüre, betitelt: Zwanzig Jahre im Dienste der Kinder-Pflege und -Erziehung schrieb Hürlimann, Arzt des bekannten Privatsanatoriums am Aegerisee für Kinder auch über die Schädigung des kindlichen Organismus durch Alkohol. Es heißt da:

Mehr als 20 % sämtlicher, allerdings mehr aus ärmlichen Kreisen stammenden Patienten der zürcherischen Heilstätte bei Aegeri sind entweder geistig oder körperlich geschädiget durch den Alkoholgenuß des Vaters oder auch der Mutter. Viele Kinder litten im ersten Jahr an Gichtern, die in einzelnen Fällen mit hoher Wahrscheinlichkeit auf Trunksucht der Eltern zurückbezogen werden konnten. Die jenigen Kinder obiger Anstalt, die mehr oder weniger schwachsinnig waren, gehörten meistens Eltern an, deren eines Glied dem Trunke ergeben war. Bei einer großen Zahl knochenkranker, rhachitischer Kinder mit auffallendem Kleinwuchs und elender Konstitution konnte Trunksucht des Vaters oder der Mutter nachgewiesen werden. Betrunkene Eltern besuchten oft die unglücklichen Kinder in der zürcherischen Heilstätte, fürwahr eine tief ins Herz des Beobachters schneidende Thatsache. Aber auch direkte Schädigungen der Kinder durch Alkohol haben wir in dieser Anstalt oft erlebt. Ich

Digitized by Google

erinnere mich eines Kindes, das zu Hause nach den Angaben der eigenen Mutter täglich 6—8 kleine Glas Bier (zu 3 Dezi) getrunken und schon im Alter von 12 Jahren nierenkrank war.

Aber auch in meiner Privatanstalt habe ich, namentlich in den ersten 10 Jahren, alljährlich Kinder aufgenommen, die durch oft geringe Alkoholgaben geschädigt waren. Namentlich sind es die spanischen Weine gewesen, die im Rekonvaleszentenstadium und bei Ermüdungszuständen beim Kinde zu lange zur Anwendung kamen. Bei psychisch zarten und müden Kindern genügt oft nur eine kleine Gabe Wein, um einen krankhaften Prozeß rasch zum Ausbruch zu bringen. Namentlich bedarf es bei gedächtnisschwachen, bei schlaflosen Kindern nur eines minimen Weinzusatzes „zur Stärkung", um ein solches Kind sofort unfähig für den Schulunterricht zu machen.

Viele Mütter haben mir erklärt, „als wir Wein gaben", ging es erst recht schlecht mit dem Auffassungsvermögen.

Auch bei körperlich zarten, blutarmen Kindern wirkt der Wein direkt schädlich, die Kinder werden durch denselben schlaff. Ich widerspreche auch der Behauptung, daß der Appetit neurasthenischer (nervenschwacher) Kinder, resp. die Verdauung derselben durch alkoholische Getränke gehoben werden könne.

Ich war in den ersten 5 Jahren des Anstaltslebens auch vom Wahne befangen, die Resultate durch ein Dezi Wein per Tag bei Kindern über 8—10 Jahren zu verbessern und konnte nachher selbst einsehen, wie thöricht ich war. Blutarme, nervöse Gäste verloren nach Genuß eines halben Glases Wein die Lust zum Laufen und auf Ausflügen genügte bei Kindern ein kleiner Weingenuß, um sie zuerst aufzuregen und nachträglich müde werden zu lassen.

Ich habe denn auch, lange bevor die Abstinenzbewegung so lebhafte Wellen schlug, von mir aus, gestützt auf eigene Erfahrungen, auch den minimen Weingenuß bei Kindern aufgegeben.

Und wie steht es bei Behandlung fiebernder Kinder, wenn sie anläßlich einer Lungenentzündung eine schwere Krisis zu bestehen haben? Bei rhachitischen Patienten mit geringer Widerstandskraft des Herzens glaubte ich früher Cognac verabreichen zu müssen. Aber auch in solchen Fällen bin ich zu einer andern Ansicht gekommen. Schwarzthee leistet bessere Dienste und kalte Wickel oder leichte Begießungen heben die Herzkraft in kritischen Momenten intensiver als Cognac und spanische Weine. Wenn wir aber bei den elendesten zartesten Kindern, für die bekanntlich Entzündungen der Lungen u. s. w. lebensgefährlich sind, den Alkohol entbehren können, warum sollten ihn kräftigere, ältere Patienten nötig haben?

Nach allem, was ich bei Tausenden von Kindern, deren Lebens- und Familiengeschichte ich kennen lernte, gesehen und erfahren habe, darf ich ruhig sagen: ich habe keinen Nutzen durch Verabreichung von Alkohol gesehen, wohl aber war ich Zeuge direkter und indirekter Schädigung des kindlichen Körpers und ich muß den Eltern dringend ans Herz reden und sagen: Gebet Euern Kindern keinen Tropfen Alkohol!

Mein Rat mag um so unverdächtiger erscheinen, als ich selbst bis zur heutigen Stunde täglich ein Glas Wein trank. Mit einem alten Akademiker darf man nicht mehr so streng ins Zeug gehen. Meine eigenen Kinder aber sind Abstinenten und ich predige überall, wo ich zur Erziehung und Pflege der Kinder mitzusprechen habe, das Lied von der gänzlichen Enthaltung des Alkohols.

Arbeit, ein Hauptgebot der Gesundheitspflege.*)

Müßiggehen ist gefährlich.
Heilsam unverdroßner Fleiß,
Und es steht dir abends ehrlich
Auf der Stirn des Tages Schweiß.

Die Arbeit ist Naturgesetz. Ohne Arbeit kein Erwerb, kein Genuß, keine Erholung, keine Bildung, keine Kultur, kein Fortschritt für Einzelne oder ganze Völker. Ein Leben ohne Arbeit ist das schlimmste, was wir uns wünschen können. Die Pflicht zur Arbeit und zum Fleiß gilt für alle Klassen und Stände der menschlichen Gesellschaft in gleichem Maße. Auch der Reiche ist moralisch verpflichtet, seine von der Natur ihm verliehenen Gaben, wenn nicht zum eigenen Erwerb, so doch zum Nutzen und Wohle seiner Mitmenschen zu verwenden.

*) Aus dem „Schweiz. Gewerbekalender" 1901.

Digitized by Google

Schon Paulus hat geschrieben: Wer nicht will arbeiten, der soll auch nicht essen. Niemand kann der Arbeit oder der Sorge entfliehen, denn sie ist die Bestimmung der Menschheit.

Die Pflicht zur Arbeit wird aber nicht von jedermann gleich gewertet. Für die meisten Menschen ist sie ein Gebot bitterer Notwendigkeit, um mit ihren Händen sich den Lebensunterhalt zu verdienen; darum erscheint sie ihnen auch als eine Bürde und Züchtigung. Im frohen Lebensgenuß und ewigen Müßiggang erblicken sie Ehre und Ruhm, das höchste Glück. Sie begreifen nicht, daß es nichts knechtischeres gibt, als ein Leben des Genusses und nichts fürstlicheres als ein Leben der Arbeit. Der Müßiggänger, welcher seinen Lebensunterhalt mit Betteln oder unlauterem Erwerb fristet, sagt uns ganz frech ins Gesicht: „Ich bin doch nicht dazu da, um mich abzurackern; ich lebe, um mein Leben zu genießen". Diese Lebensanschauung des Lazzaroni („dolce far niente"), des fröhlichen, sorgenlosen Nichtsthuns ist dem Naturmenschen, dem Menschen ohne Erziehung und ohne bittere Lebenserfahrung gleichsam angeboren. Millionen sehnen sich im Stillen nach jenem paradiesischen Urzustande zurück, da Adam und Eva noch mühelos von den Früchten im Edengarten pflücken konnten, oder sie träumen von einem künftigen Reich der Glückseligkeit, wo der „Achtstundentag" längst überholt und jede Arbeit und Anstrengung überflüssig ist. Das Schlaraffenland ist ein Ideal aller Zeiten und Völker gewesen.

Wer aber arbeitet, nur um zu essen, und keine höheren Bedürfnisse kennt als eitlen Lebensgenuß, der arbeitet auch mit Unzufriedenheit. Mit Unlust arbeiten ist der größte Schmerz, mit Liebe und Begeisterung zur Sache arbeiten der höchste Genuß. Liebe zur Arbeit ist das beste Schutzmittel gegen gemeine und lasterhafte Neigungen, der beste Schirm gegen die kleinlichen Sorgen und Aergernisse des Alltagslebens.

Lust und Lieb' zu einem Ding,
Machen Müh' und Arbeit ring.

Jene Menschen, welche in ihrer mangelhaften Einsicht und Erziehung die Arbeit bloß als bitteres Muß betrachten, schätzen sich selbst gering und meinen, der Müßiggänger müße ein „nobler" Herr sein. Große arbeitsame Menschen denken ganz anders. Arbeit adelt; auch die Frohnarbeit des geringsten Arbeiters trägt zum Wohle der Gesellschaft bei. Napoleon I. z. B. erwies jedem tüchtigen Arbeiter den gebührenden Respekt. Als einmal eine Dame seiner Gesellschaft einigen Lastträgern, die ihnen begegneten, in ärgerlichem Tone befahl, aus dem Wege zu gehen, trat Napoleon dazwischen mit dem Zuruf: „Respekt vor dem, der eine Bürde trägt, Madame!"

Jedem Ehre, jedem Preis,
Ehre jeder Hand voll Schwielen,
Ehre jedem Tropfen Schweiß,
Der in Hütten fällt und Mühlen!
Ehre jeder nassen Stirn
Hinterm Pfluge! Doch auch dessen,
Der mit Schädel und mit Hirn
Hungernd pflügt, sei nicht vergessen!
(Freiligrath.)

Körperliche und geistige Arbeit sollen gleich gewertet werden, denn beide sind für die menschliche Gesellschaft gleich notwendig. Der geistig Arbeitende ist auf die Frucht der körperlichen Arbeit ebenso angewiesen, wie der Lastträger auf die Schöpfungen des menschlichen Geistes. Der Gelehrte, der die körperliche Arbeit gering schätzt, ist ein größerer Thor als ein Bauer, welcher jeden Kopfarbeiter als „Faullenzer" taxiert.

In der materiellsten Arbeit kann viel Poesie liegen, viel Prosa in rein geistiger Arbeit. Die idealste Beschäftigung ist jene, die von der höchsten Begeisterung eingegeben ist und der größten Zahl Personen nützt.

Arbeit bringt Ehre und Ruhm. Aber so wenig wie bloß um des Hungerstillens willen, soll man bloß um der Ehre willen arbeiten. Die Arbeit soll nicht das Mittel sein zur Erreichung eines Zweckes, sondern vielmehr ein absolutes Bedürfnis unserer Seele. Ohne Arbeit keine Zufriedenheit, keine Empfindung von Glück und Wohlsein. Wir sollen den Lohn der Arbeit weder in materiellem Erfolg, noch in der Ehre, sondern in der Arbeit selbst finden; sie soll uns nicht nur Ehre und Pflicht, sondern Vergnügen und Genuß sein. Dann erst hat die Arbeit wahren Segen.

Willst Arbeit tragen und Ehre genießen,
Wird dir vielleicht was gutes erspriessen;
Genieße die Arbeit und trage die Ehre!
Ich glaube, daß das sich noch besser bewähre.
(Gottfried Keller.)

Die Arbeit wirkt auch erzieherisch, vornehmlich auf den Charakter.

Digitized by Google

Sie erzeugt und schult Gehorsam, Selbstbeherrschung, Thatkraft, Ausdauer und Betriebsamkeit, kurz, Tugenden, welche für die harte Schule des Lebens und für die geistige Gesundheit nötig sind.

Zur Organisation der ersten Hilfe bei Unfällen und Krankheiten im Eisenbahnverkehr.

In der „Zeitung des Vereins Deutscher Eisenbahn-Verwaltungen" findet sich eine längere Abhandlung über „die Aufgaben der Eisenbahngesundheitslehre" von Dr. med. Gilbert in Dresden, Vertrauensarzt der Sächs. Staatsbahnen. Er sagt über die Einführung von Maßnahmen ärztlicher Hülfeleistung für die Reisenden und das Fahrpersonal: Der Eisenbahnverkehr bringt es mit sich, daß Personal wie Publikum durch die Fahrt oder auf der Fahrt Gesundheitsstörungen ausgesetzt sind, Verletzungen, aber auch plötzlich eintretenden Krankheiten. Für die Möglichkeit einer thunlichst schnellen Hülfeleistung in allen diesen Fällen hat die Eisenbahnverwaltung Sorge zu tragen. Die Regelung dieser Frage hat uns in den letzten drei Jahren ausgiebig beschäftigt und zur Anschaffung von mannigfachen Rettungseinrichtungen geführt. Alle Züge sind jetzt mit einem 20 Verbandspäckchen enthaltenden, auf der Lokomotive untergebrachten Hülfskasten ausgestattet, alle Stationen mit Verbandkästen, die größeren des Landes mit neuen, vor drei Jahren hergestellten Verband- und Medizinkästen eigenen Musters; auf allen Stationen größeren Verkehrs findet man Krankentragen und Leichenkörbe; 14 Stationen des Landes - - die Auswahl fand nach besonderen Bedarfsfragen statt — sind mit Krankenfahrstühlen ausgestattet, deren Oberteil abhebbar und als Trage verwendbar ist. Daneben sind fahrbare Krankentragen, Treppentragstühle, einfache Krankenfahrstühle u. s. w. auf verschiedenen Stationen, je nach Bedarf, in Anwendung. Auf dem Hauptbahnhofe Dresden ist im Januar 1900 ein Arzt- und Krankenzimmer fertiggestellt worden, wo man die zur ersten Hülfeleistung benötigten Einrichtungen der Ausstattung, Instrumente und Verbandstoffe finden kann, so daß jeder zu erreichende Arzt die erste Hülfe sofort leisten kann. Es sind dies zwei zu ebener Erde gelegene, auf breiten Zugängen von allen Seiten bequem zu erreichende, für ihren Zweck geeignete Zimmer. Was für Dresden erreicht ist, hoffe ich nach und nach auch für die anderen Großstädte zu erlangen. Eine Verbesserung ist noch anzustreben in der Richtung einer gewissen Vorbereitung auf etwaige Massenverunglückungen. Erfahrungsgemäß pflegen sich solche meist auf freier Strecke zu ereignen, oft entfernt von größeren Orten, so daß es dann zur Hilfeleistung wie an Aerzten, so an Verbandsmaterial gebricht. Es erscheint daher ratsam, an vielleicht 10 bis 12 größeren Stationen, Eisenbahnkreuzungspunkten, in großen, dicht schließenden Kästen reiche Mengen an Verbandstoffen und Schienen und die wichtigsten Gebrauchsgegenstände zu vereinigen, so daß auf telegraphische Meldung von auswärts sofort eine Lokomotive mit Aerzten und diesem Rettungskasten zur ersten Hilfe abgehen kann. Auch erscheint es zweckmäßig, die Ausrüstung und Zusammenstellung von Hilfszügen aus Gepäckwagen für den Massentransport Verletzter vorzusehen.

Für den Transport erkrankter Reisender könnte in fast allen Staaten noch besser als bisher gesorgt sein. Zwar ist die sächsische Eisenbahnverwaltung im Besitz zweier für den genannten Zweck besonders hergerichteter, genügender Wagen IV. Klasse. Aber ein wirklich bequemes Reisen ist in diesen ausgeschlossen. Man bedarf aber solche Wagen in erster Linie für Kranke, die nach entfernten Kurorten reisen oder sich auswärts operieren lassen wollen. *)

Es versteht sich von selbst, daß wir uns bemühen, auch das Personal über die Leistung der ersten Hülfe bei Unglücksfällen zu unterrichten. In kleinen Städten und auf dem Lande geschieht es durch die Bahnärzte selbst, in größeren Städten scheint dies zweckmäßiger erreicht zu werden durch Anschluß an die

*) In dieser Beziehung sind schweizerische Eisenbahngesellschaften, wie z. B. die N.O.B., besser ausgestattet (eigeen komfortable Krankenfahrwagen). Wir erwarten und erhoffen von den zukünftigen schweizerischen Staatsbahnen (Bundesbahn) auch eine zeitgemäße einheitliche Behandlung und Regelung der Eisenbahngesundheitslehre mit den wichtigen Kapiteln der ersten Hilfeleistung bei Bahnunfällen und des Krankentransportwesens. (Red.)

Digitized by Google

vom Samariterverein abgehaltenen Unterrichtsübungen, weil dadurch die Gleichmäßigkeit der Ausbildung gewinnt. Im übrigen darf man den Nutzen der Unterweisungen auch nicht überschätzen: es entsteht nach meiner Ueberzeugung mehr Schaden durch eine zu vielgeschäftige Versorgung von Wunden seitens der Laien, als dadurch, daß eine Verletzung, zunächst nur feucht verbunden, erst nach 1—3 Stunden endgültige sachgemäße ärztliche Behandlung findet. Eine regere Beteiligung ist ja diesen freiwilligen Kursen noch zu wünschen, wird aber nur zu erzielen sein, wenn sich die Verwaltung entschließt, die sich freiwillig dazu Meldenden entsprechend dienstlich zu entlasten, denn von der Freizeit opfern unsere Leute begreiflicher Weise nicht gerne etwas."

Gesundheitszustand im November 1900.

Die Sterblichkeit in den 15 größten Gemeinwesen der Schweiz beträgt 13,2 pro Mille, seit mehreren Monaten ist ein stätes Zurückweichen der Sterblichkeit zu konstatieren. Die Geburtenzahl ist auf 23,5 pro Mille gesunken; trotz der kleinen Sterblichkeit beläuft sich der Ueberschuß der Neugeborenen über die Verstorbenen immer noch auf 10,7 pro Mille.

Auf Grund der durch die schweizerische Volkszählung verifizierten Einwohnerzahl der Stadt Zürich haben wir daran zu erinnern, daß auch unseren Berechnungen jeweilen eine Bevölkerung von 160,000 zu Grunde lagen, somit die Sterblichkeit durchwegs in den letzten Jahren um ein Sechszehntel höher zu setzen ist. Dieselbe beträgt für den verflossenen Monat November 14,35 pro Mille für 150,000 Einwohner und aufs ganze Jahr bezogen. Der Unterschied zu Gunsten des November gegenüber Oktober 1900 rührt ausschließlich davon her, daß die Todesfälle in Folge von Kinderdiarrhoe von 49 auf 15 im Berichtsmonate gefallen sind. Besonderer Erwähnung bedürfen die 6 Todesfälle an Keuchhusten; mit dem Ansteigen der diesjährigen Epidemie sehen wir auch schon wieder mehrere Kinder dieser noch allgemein viel zu wenig ernst aufgefaßten Kinderkrankheit zum Opfer fallen; die Opfer sind alles Kinder des ersten Lebensjahres.

Die Erkrankungen an Scharlach und Masern zeigen etwelche Abnahme, nach den Anmeldungen zu schließen; die erstern sind von 40 auf 29 zurückgegangen; von diesen 29 Fällen betrifft die Hälfte den Kreis V Zürichs allein; die Masernfälle sind von 50 auf 27 gesunken. Auch Diphtheriefälle sind im November besonders häufig in Zürich nicht angezeigt worden; im ganzen 45.

Die Ende Oktober in Basel aufgetretenen Blattern sind noch nicht gänzlich verschwunden; bis jetzt sind 22 Erkrankungen in Basel zur Behandlung gelangt. Zwei weitere Fälle von Pocken wurden beobachtet in Neuhausen, Kt. Schaffhausen. Aus Amerika wurde nach Bern eine Blatternerkrankung eingeschleppt.

Schon manchem Leser der Todestabelle der Stadt Zürich wird die verhältnismäßig große Zahl der stets wiederkehrenden Todesfälle infolge von Krebskrankheiten aufgefallen sein. Die gleiche Beobachtung ist fast überall gemacht worden und schon seit Jahrzehnten hat man über die Krebskrankheit sich durch viele Arbeiten, auch statistische Zusammenstellungen, mehr Klarheit zu verschaffen gestrebt. Eine der dabei zu Tage geförderten Thatsachen scheint die zu sein, daß die Krebskrankheiten immer mehr weniger hohe Altersstufen befallen; daß z. B. heute mehr Leute von 40—50 Jahren an Krebs erkranken als früher, ohne daß man zur Erklärung dieser Erscheinung mehr als Vermutungen aufzustellen im Stande wäre. Noch manch andere Frage harrt auf diesem Gebiete einer Lösung und zu diesem Zwecke ist von Deutschland aus eine gewaltige Enquete über Krebskrankheiten in Szene gesetzt worden. Vielleicht ähnlich, wie die immer auf breiterer Basis unternommenen Erhebungen über die Tuberkulose heute schon schließlich zu dem greifbaren Resultate geführt haben, daß man wenigstens den Kampf mit Aussicht auf Erfolg aufzunehmen wagen darf, ebensowohl können wir hoffen, daß auch bei so ausgedehnten Untersuchungen und rastlosen Verarbeitungen des Gefundenen die Wurzel des Krebsübels eines Tags aufgedeckt werde.

A. M.

Digitized by Google

Tabelle über die Krankheiten der während des Monats November 1900 in Zürich Verstorbenen.

Todesursachen.	Alter der Verstorbenen																								Total	Bemerkungen.
	0–1 Jahr		2–5 Jahre		6–10 Jahre		11–20 Jahre		21–30 Jahre		31–40 Jahre		41–50 Jahre		51–60 Jahre		61–70 Jahre		71–80 Jahre		81–90 Jahre		über 90 Jahre		Summe			
	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.	M.	W.		
I. Totgeboren	11	5	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	11	5	16	
II. Bald nach d. Geburt gestorb.	6	6	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	6	12	
III. Altersschwäche		.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	2	2	2	1	1	.	5	5	10	
IV. Gewaltsamer Tod	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	2	.	3	1	.	.	.	.	.	.	.	.	7	2	9	Unfälle 7, Selbstmord 2
V. Allgemeinkrankheiten	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	1	.	1	1	1	.	.	.	.	.	.	.	3	3	6	Alkoholism. 2, Zuckerharnruhr 1, Bluterkr. 3
VI. Ansteckende Krankheiten:																										
Pocken	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Masern und Scharlach	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
Diphtherie	1	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	2	
Typhus	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	1	2	
Croupöse Lungenentzündung	3	1	1	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	1	1	.	.	.	.	.	1	.	.	6	3	9	
Tuberkulose der Lungen	.	.	.	.	.	.	1	1	4	2	4	2	.	4	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	10	9	19	
„ anderer Organe	.	1	.	.	.	1	1	.	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	2	5	Knochentub. 2, Drüsentub. 2, Hirntub. 1
Andere ansteck. Krankheiten	2	7	.	.	.	.	1	.	.	.	2	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	5	8	13	Keuchhusten 6, Syphilis 3, Starrkrampf 1, Sepsis 3
VII. Krankh. der Atmungsorgane	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	1	.	.	1	.	3	.	1	.	.	3	6	9	Katarrh. Lungenentzündung 5
VIII. „ „ Kreislaufsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	2	.	2	2	1	2	2	2	5	1	1	.	.	8	13	21	Arteriosclerose 7
IX. „ „ Verdauungsorg.	10	5	.	.	.	.	.	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	.	3	2	.	.	.	.	22	14	36	Kinderdiarrhoe 15, Magen-Darmkrebs 12
X. „ des Nervensystems	1	2	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	1	2	2	2	1	.	.	.	.	.	7	7	14	Hirnschlag 7
XI. „ der Harnorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	1	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	3	1	4	Nierenentzündung 3
XII. „ „ Geschlechtsorgane	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	3	.	.	.	1	.	.	.	.	.	5	5	Krebs 2
XIII. „ „ Muskeln u. d. Haut	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XIV. „ „ Knochen u. Gelenke	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	
XV. Unbekannte Todesursachen	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	.	1	1	
Total	36	28	2	.	.	1	3	2	9	4	9	9	11	10	12	11	8	9	8	13	3	4	1	.	102	91	193	

Witterung im November 1900.

	Höhe über Meer.	Temperatur in C°. Monatsmittel.	Abweichung v. d. normal.	höchste	Datum	niedrigste	Datum	fünftägige Mittel 28—1	2—6	7—11	12—16	17—21	22—26
Zürich . .	493	4.9	1.5	12.1	2.	—1.6	28.	9.4	7.6	5.2	5.2	4.2	4.1
Basel . .	278	5.8	1.3	13.4	16.	0.4	29.	9.8	8.4	6.8	5.2	5.4	5.5
Neuchâtel .	488	5.3	1.4	11.9	2.	—0.1	28.	9.3	8.1	5.7	5.3	4.8	4.4
Genf . .	405	5.8	1.0	14.2	2.	—1.6	27.	8.9	8.5	6.5	5.7	5.6	4.3
Bern . .	572	4.1	1.0	11.8	2.	—2.0	13.	7.5	7.0	4.5	3.5	3.8	3.4
Luzern . .	451	5.2	1.6	12.1	2.	—0.6	28.	8.3	7.8	5.7	5.4	5.0	4.7
St. Gallen	703	4.0	1.5	16.0	1.	—2.5	28.	8.9	6.1	4.5	3.4	3.5	3.4
Lugano . .	275	7.1	1.1	14.2	1.	1.0	27.	9.0	9.3	9.3	7.9	6.8	5.1
Chur . .	610	5.5	1.9	15.0	6.	0.0	13. 27.	7.6	8.0	6.8	4.3	6.2	3.9
Davos . .	1557	0.2	1.9	11.4	9.	—9.0	27.	2.9	3.1	3.2	—1.2	—0.3	—2.1

	Barometerstand mm	Relative Feuchtigkeit %	Niederschlagsmenge in mm	Niederschlagsmenge Abweichung v. d. normal.	Bewölkung in %	Zahl der Tage mit Niederschlag.	mit Schnee.	mit Gewitter.	mit Nebel.	helle.	trübe.	mit starkem Wind
Zürich . .	715.0	88	57	—19	80	13	1	0	8	1	18	1
Basel . . .	733.7	90	59	—2	81	16	0	0	7	1	21	0
Neuchâtel .	715.4	91	64	—14	89	15	0	0	4	0	26	0
Genf . . .	722.7	85	69	—10	81	12	0	0	12	1	18	4
Bern . . .	708.1	93	51	—20	89	13	1	0	20	0	25	1
Luzern . .	718.9	88	72	5	80	13	0	0	7	1	18	0
St. Gallen .	697.1	84	89	10	78	14	2	0	10	1	16	1
Lugano . .	734.3	91	348	210	75	20	0	0	0	3	18	0
Chur . . .	704.9	78	57	—3	64	13	2	0	0	4	13	1
Davos . .	627.8	86	55	—10	50	13	10	0	0	6	8	1

Sonnenscheindauer in Stunden: Zürich 33, Basel 35, Bern 40, Genf 54, Lugano 52, Davos 90.

Der diesjährige November leitete die „kalte Jahreszeit" in recht milder Weise ein. Er war ein ruhiger, in den Niederungen jedoch meist trüber und nebliger Monat. Das Temperaturmittel kam auf 1 bis 2 Grade über das normale Novembermittel zu stehen. Dabei waren die Wärmeschwankungen unbedeutend und die wenigen, an den Thalstationen fast ausschließlich erst in der dritten Dekade auftretenden Nachtfröste nur ganz leicht. Der Monat begann mit sehr mildem, regnerischem Wetter unter dem Regime einer im Nordwesten lagernden Depression. Als dann aber der über Nordosteuropa bestehende Hochdruck am 3. intensiv wurde und in Zentraleuropa nordöstliche Winde veranlaßte, sank die Temperatur um einige Grade, wobei die Niederschläge auf der Nordseite der Alpen unter dem Einfluß einer über Norditalien auftretenden Depression fortdauerten. Ziemlich intensive und über das ganze Land sich ausbreitende Regengüsse brachten am 11. Depressionen, die von Nordwesten und vom Mittelmeer her sich bis Zentraleuropa erstreckten. Am stärksten waren dieselben am Südfuß der Alpen, wo schon vom Abend des 6. bis zum 8. eine sekundäre Depression über dem Mittelmeer anhaltenden Regen verursachte. In der zweiten Dekade blieb das Wetter bei wenig schwankender Temperatur unter dem Regime im Westen und Nordwesten auftretender, am 18. ostwärts durch Zentraleuropa wandernder Depressionen unbeständig und zeitweise regnerisch. Auch in der dritten Dekade beherrschten Depressionen im Westen die Wetterlage und es sank die Temperatur nur unbedeutend. Zeitweise trat, so am 21. und 22., dann auch am 27. und 28. Föhn auf, der sich indessen nur in den Alpenthälern stark bemerkbar machte. In den letzten Tagen brachte eine über dem

Digitized by Google

Mittelmeer auftretende tiefe Depression nochmals starke Regengüsse am Südfuß der Alpen. Hier überschritt dann auch die Monatsmenge der Niederschläge die normale beträchtlich, während sie im größten Teil der übrigen Schweiz wieder, wenn auch in weit geringerem Maße, als in den beiden vorausgegangenen Monaten, hinter dieser zurückblieb. Die mittlere Bewölkung war, wie oben angedeutet, eine sehr starke und dementsprechend die Sonnenscheindauer eine sehr bescheidene. Dies gilt auch für die Südseite der Alpen. Nur die hohen Lagen hatten mehr Sonne d. h. eine der mittlern nahe kommende Bewölkungs- und Sonnenscheindauerziffer.

Schweiz. Meteorolog. Zentralanstalt.

Ueber die Verhütung der Bleichsucht.

Ueber die Verhütung der Bleichsucht, dieser so häufigen Krankheit des weiblichen Geschlechtes, schreibt Professor Grawitz folgendes:

Durch die thörichte Unsitte, kleine Mädchen in möglichst elegante, daher beengende Kleidungsstücke zu stecken, wozu in vielen Fällen schon in den frühesten Jahren das Anlegen des Korsetts kommt, werden diese Kinder an jeder freien und lebhaften Bewegung gehindert und müssen die so überaus nötige Bewegung im Freien auf eine Promenade an der Hand der Bonne beschränken, während ihre glücklicheren Gefährtinnen auf dem Lande zwar durchaus nicht elegant gekleidet sind, dafür aber nach Herzenslust im Freien herumspringen können. Ebenso sind durchwegs die Knaben in Bezug auf körperliche Bewegung im Freien viel günstiger gestellt als die Mädchen. Es kann keinem Zweifel unterliegen, daß durch Behinderung ausgiebiger Muskelthätigkeit unter dem Reiz der frischen Luft bei kleinen Mädchen das Herz und Gefäßsystem in der Entwickelung zurückbleiben müssen, und es muß als eine der wichtigsten Aufgaben des Hausarztes bezeichnet werden, diesen groben Fehlern in der Lebensführung der kleinen Mädchen entgegenzuwirken. Auch für die Mädchenschulen wäre das Verständnis für diese wichtigen Verhältnisse sehr zu wünschen, damit den jugendlichen Körpern Gelegenheit gegeben wird, nicht nur in den Zwischenpausen im Schulhofe sich zu bewegen, sondern auch in den Unterrichtsstunden selbst hin und wieder durch eine einfache Freiübung die Blutzirkulation anzuregen. Ebenso können die Schädigungen, welche durch unrichtige Erziehung das Nervensystem schwächen, eine Neigung (Disposition) für die Entstehung der Bleichsucht schaffen. Hierbei kommen neben Fehlern in der Ernährung das späte Zubettgehen der heranwachsenden Jugend, die Ueberladung mit geistigen Arbeiten, die frühzeitige Gewährung von erregender Lektüre, der Genuß von Wein und Bier und ähnliche Schädlichkeiten in Frage, gegen welche das beste Gegenmittel körperliche Thätigkeit in irgend welcher Form — Sport, Ballspiel, Aufenthalt auf dem Lande und Beschäftigung in der ländlichen Wirtschaft, im Garten ꝛc. — bilden.

Weise Beschränkung des Samariterwesens.

Die an sich lobenswerten und nützlichen Bestrebungen, auch Nichtärzte in den elementarsten Kenntnissen für die erste Hilfe bei plötzlichen Unglücksfällen, im sog. Samariterwesen, zu instruieren, um in Ermangelung ärztlichen Beistandes sofort richtig Hand anlegen zu können, haben erfahrungsgemäß schon allerlei Auswüchse hervorgerufen. Jeder Arzt wird in seiner Thätigkeit bereits Fälle erlebt haben, in denen allzueifrige und eingebildete Samariter über ihre Kompetenz hinausgegangen sind und anstatt mit der Nothülfe sich zu begnügen, die Anmaßung besaßen, den Wundarzt spielen zu wollen, wiederholte Verbände anzulegen, den Verletzten erst zu spät zum Doktor zu schicken ꝛc. Solche widrige Vorkommnisse dienen dazu, das Samariterwesen bei den Aerzten in Mißkredit zu bringen, Verwundete zu schädigen und das Ganze zu einem Unwesen zu gestalten. Gestützt auf eine derartige Entartung einer an sich guten und oft notwendigen menschenfreundlichen Bestrebung hat der letzte deutsche Aerztetag sich auch mit der Bedeutung

Digitized by Google

des Samariter- und Rettungswesens für den Aerztestand beschäftigt. Es wurden folgende Thesen (Leitsätze) angenommen:

„Die Ausübung der ersten Hilfe bei Unglücksfällen und plötzlichen Erkrankungen steht den Aerzten zu. Einheitliche Einrichtung des Rettungsdienstes gewährleistet am besten sichere und zweckmäßige Hilfe. Nur in denjenigen Fällen, in denen ärztliche Hilfe nicht sofort zu beschaffen ist, namentlich auf dem Lande und in kleinen Städten ist die Hinzuziehung des Laienelements zulässig. Doch sollen sich die für die Leistung der ersten Hilfe eigens von Aerzten ausgebildeten Samariter darauf beschränken, dem Verletzten alles fernzuhalten, was ihm schaden könnte und ihn möglichst schnell ärztlicher Besorgung zu übergeben.

Die in großen Städten zu treffenden Einrichtungen zur Beschaffung erster ärztlicher Hilfe bei Unfällen oder plötzlichen Erkrankungen (Rettungswachen, Unfallstationen, Sanitätswachen) sollen von den städtischen Verwaltungen unterhalten oder finanziell sichergestellt werden. Sie entsprechen nur dann gleichmäßig den Interessen des Publikums wie der Aerzte, wenn sie

1. bezüglich ihrer Einrichtung und ihres Betriebes einer ärztlichen Oberleitung unterstehen; wenn

2. auf der Wache selbst oder am Orte des Unfalls resp. der Erkrankung die Hilfe von Aerzten geleistet wird;

3. wenn sie sich darauf beschränken, nur die erste und nur einmalige Hilfe zu gewähren;

4. wenn die Teilnahme am Rettungsdienst sämtlichen Aerzten gestattet wird, die sich bestimmten, vertragsmäßig festzusetzenden Bedingungen unterwerfen, welche den Standesvertretungen zur Genehmigung vorgelegt werden können;

5. wenn sie über geeignete Transportmittel verfügen, um Verletzte und Schwerkranke möglichst schnell und in zweckmäßiger Weise in ihre Wohnung oder in ein Krankenhaus zu schaffen;

6. wenn sie außer der Gewährung erster Hilfe keinerlei Nebenzwecke verfolgen;

7. wenn Unbemittelten die Hilfe unentgeltlich, sonstigen Patienten nach den üblichen Taxsätzen geleistet wird.

Billige Volksbäder.

In der deutschen Stadt Erfurt hat die vor einigen Jahren in der Brausebadanstalt eingeführte Einrichtung, auch Bäder zu nur 10 Pfennigen abzugeben, den Besuch der Anstalt günstig beeinflußt. Billigmachung von Volksbädern thut überall not!

Neue Litteratur.

Dr. Paul Niemeyer: Die Lunge, ihre Pflege und Behandlung im gesunden und kranken Zustande. 9. Auflage, umgearbeitet von Dr. Gerster. Leipzig. J. J. Weber 1900. 235 Seiten. 3 Mark gebunden.

Das in der Sammlung von J. J. Weber's illustrierten Katechismen in neuer Bearbeitung herausgegebene, mit 41 Abbildungen versehene, originelle Buch von Niemeyer erfreut sich bereits der 9. Auflage. Es verdient auch diesen Erfolg wegen seiner frischen, anregenden Schreibweise und wegen des großen Gewichtes, welches die beiden Verfasser überall auf die Verhütung der so häufigen Lungenkrankheiten, besonders der Schwindsucht, dieser wahren Volksgeißel, legen. Das Werk ist überall von dem frischen Hauch der Gesundheitsfreudigkeit und der Hoffnung durchweht, was sich namentlich auch im Schlußkapitel kund gibt, das mit den Worten beginnt: Schlimmer noch als die Schwindsucht ist die Schwindsuchtsangst! und mit dem Spruche

Digitized by Google

Salomo's endet: „Ein fröhliches Herz macht das Leben lustig; aber ein betrübter Mut vertrocknet das Gebein". Spiro, spero! ich atme, also darf ich auch hoffen, lautet das Glaubensaxiom des vertrauensvollen Menschen namentlich gegenüber der heute so übertriebenen Furcht vor der Ansteckung mit Tuberkulose.

Dr. Gerster hat bei aller Schonung der subjektiven Eigenart des verstorbenen Verfassers doch einzelne Abschnitte, speziell diejenigen über Entstehung und Behandlung der Lungenkrankheiten umgearbeitet. Der Grundton aber des Buches, die in geradezu leichtsinniger Weise von Tausenden vernachlässigte Pflege und Ausbildung der Atemwerkzeuge zu bessern und die Lungen zu trainieren, um sie widerstandsfähiger zu machen, ist derselbe geblieben. Der vorbeugenden Lungenpflege blieb mit Recht der Löwenanteil des populären Werkes gewidmet und gewahrt. Seinen Standpunkt bei Bearbeitung der über die Behandlung kranken Lungen handelnden Abschnitte hat Dr. Gerster mit folgenden Worten gekennzeichnet: „Die populär-medizinische Litteratur erfüllt nur dann ihren Zweck, wenn sie die Leser nicht zu halben Aerzten macht, sondern über ihres Leibes Wohl und Wehe nur so weit aufklärt, daß sie den vorbeugenden Ratschlägen ihrer Aerzte mit Verständnis und den auf die Heilung abzielenden Verordnungen mit Vertrauen zu folgen vermögen!

Mathilde Ehrhardt: Großes illustr. Kochbuch. Berlin — Leipzig — Zürich ꝛc. Verlag von Herlet in Berlin. 1900. 742 Seiten

Dieses großangelegte, mit prachtvollen, kolorierten Kunstbeilagen und Textbildern — zusammen über 1000 — versehene Werk ist unter Mitwirkung zahlreicher praktischer Hausfrauen in Deutschland, Oesterreich und der Schweiz zu Stande gekommen. Es will den Bedürfnissen sowohl des einfachen bürgerlichen, wie des feineren Tisches dienen und berücksichtigt die verschiedensten „Küchen", die süddeutsche wie die norddeutsche, die französische wie die englische ꝛc. Auch die Fasten- und Krankenkost kommen zur Geltung. Da Kochen und Essen und die richtige Art, wie dies zu geschehen hat, für die Gesundheit durch zweckmäßige Nahrung und Ernährungsweise von hervorragender Bedeutung sind, so bilden auch gute Kochbücher und rationelle Küche wichtige Waffen im großen Arsenal der Diätetik und Gesundheitspflege. Obiges Werk bildet jedenfalls eine der sorgfältigsten, reichsten und vornehmsten Erscheinungen auf dem stark besetzten Kochbüchermarkte. Für die der Hausfrau unentbehrliche Kenntnis der Ernährungslehre ist das Kapitel vom „Zweck des Essens" besonders wichtig. Einen vorzüglichen Schmuck des umfangreichen Werkes bilden seine prächtigen Bilder, namentlich die Tafeln; diese sind wahre Kunstprodukte nach Formen und Farben.

Heilstätte für Trinkerinnen

Frauen und Töchtern, die an Trunksucht leiden, finden freundliche Aufnahme in der
G60
Heilstätte Blumenau-Steg (Tössthal) Kt. Zürich.
Hausarzt: **Herr Dr. Spörri.** Hausvater: **Siméon Diener.**

Kaiser Friedrich Quelle
OFFENBACH A. MAIN.

„Cito, tuto, jucunde"
ist das allgemeine ärztliche Urtheil über die mit dem **Natron-Lithion-Wasser** unserer Quelle erzielten Heilwirkungen bei Behandlung des **Harn-Apparates**, von **Steinleiden, Gicht, Rheumatismus** sowie allen **Störungen der Luft- und Verdauungswege.**
Harnsäure lösende u. harntreibende Wirkung
Angenehmer milder Geschmack. ←
→ **Vom schwächsten Magen vertragen.**
Mit Kohlensäure verstärkt, unentbehrliches Tafelgetränk für Gichtleidende. — Literatur sowie Gratisproben gerne zur Verfügung Den Herren Aerzten berechnen wir Vorzugspreise
Erhältlich in den Mineralwasserhandlungen und Apotheken.

Aleuronatbrot
und Bisquits täglich beste Qualität.
A Scheuble
G61 Bäckerei
Hottingen — Zürich V.

Ceylon-Thee, sehr fein schmeckend kräftig, ergiebig und haltbar
Originalpackung

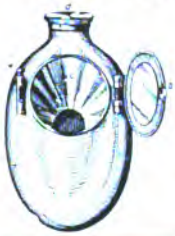
	per engl. Pfd.	per ½ kg
Orange Pekoe	Fr. 5.—	Fr. 5.50
Broken Pekoe	„ 4 10	„ 4.50
Pekoe	„ 3.65	„ 4.—
Pekoe Souchong	„ —.—	„ 3.75

China-Thee, beste Qualität
Souchong Fr. 4.— per ½ kg.
Kongou „ 4.— „
Rabatt an Wiederverkäufer und grössere Abnehmer. Muster kostenfrei.
Carl Osswald, Winterthur.
Man beliebe den Artikel nebst Anmerkung in Nr. 17 dieser Blätter vom 15. September 1899 nachzusehen. [G95

Digitized by Google

Taschen-Spucknapf „Diskret"

(patentiert) G62



Das Beste. Eleganteste. Praktischste!

In Form eines **Etuis, vernickelt.** Seitliche Schale, daher **flache** Form; **bequem und unbemerkbar** in jeder Tasche zu tragen; **viel leichter** als Glasflaschen. **Elegant, unauffällig, wasserdicht.** — Preis **Fr. 6** per Stück, franco gegen Nachnahme.

Wiederverkäufern Rabatt.

C. Hülsmann, Freiburg i. Baden. Nr. 5.

Alkoholfreie Weine, Bern

G58

in Meilen

Diplome I. Cl: St. Gallen 1899. Wald 1900.

Reiner, sterilisierter Saft frischer Trauben, Aepfel und Birnen.

Vertreter in allen grössern Ortschaften der Schweiz.

Prospekte u. Preiscourant gratis u. franco

DER WEISFLOG-BITTER

fördert nach dem Essen oder zwischen den Mahlzeiten genommen, die Verdauung und regt den Appetit an, er verhindert besonders nach Genuss von Wein, Bier, Süssigkeiten, Früchten etc. die Magenversäuerung. Man verlange jedoch ausdrücklich 55G

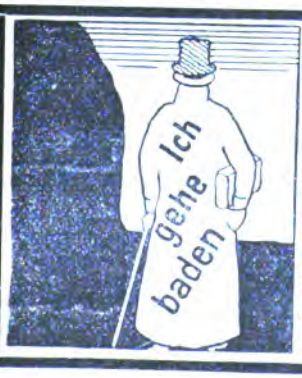
Weisflog-Bitter.

Anstalt „Philadelphia" Herisau

Epileptische, nicht bildungsfähige Schwachsinnige, leichtere nerven- und gehirnkranke Patienten beider Geschlechter und in jedem Alter, finden sorgfältige, liebevolle Pflege bei billigem Pensionspreis, sei es für dauernde Versorgung oder zu einem Kuraufenthalt.

Hochachtend empfiehlt sich

J. Jezler-Müller.



mit Dr. Sedlitzky's **Mutterlaugensalz** oder **patent Badetabletten**, welche natürliche

Soole-
Fichten-
Schwefel-
Kohlensäure-

Bäder überall bequem, billig und genau dosiert herstellen. Selbe sind für Erwachsene und Kinder (in 2 Grössen) durch alle Mineralwasserhandlungen, Apotheken und Drogerien oder direkt von der Fabrik: **Dr. Sedlitzky, Hallein-Salzburg**, zu beziehen. Genaue **Prospekte** mit **Indikationen**, sowie **Gratis-Proben** für Aerzte, Spitäler etc. werden gerne von der Fabrik abgegeben. Dort werden auch erzeugt: **Soole-Inhalations-Pastillen** mit und ohne äther. Oelzusatz zu Inhalationen und Zerstäubungen **im Hause.** 26

MAGGI'S

Bouillon-Kapseln

ergeben durch einfaches Uebergiessen mit heissem Wasser, ohne weiteren Zusatz, eine fertige Bouillon.

Zwei Portionen Kräftiger

Fleischbrühe

— **nicht** entfettet —

für **15** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* *für Fleischbrühe enthalten konzentrierten Auszug von bestem mit Gemüse abgekochtem Fleisch.*

Zwei Portionen Feinster

Kraftbrühe

— entfettet, extra stark —

für **20** Rp.

MAGGI'S *Bouillon-Kapseln* *für Kraftbrühe enthalten extra stark konzentrierten, entfetteten Fleischsaft von feinstem Auszug und sind ebenso wertvoll für körperlich und geistig stark Angestrengte, wie auch für Kranke und Genesende.*

Zu haben in den **Spezerei- und Delikatess-Geschäften, Droguerien und Apotheken.**

Für kurze Zeit ist in meinem

Sanitätsgeschäft
Limmatquai 96 in Zürich

ausgestellt: 50G

Krankenbett

mit Einrichtung zum Heben des Patienten ohne ihn zu berühren. Verstellbar für jede Lagerung: liegend, halbliegend, sitzend, hochsitzend, tiefsitzend.

Zu gefl. Besichtigung ladet höfl. ein

A. Geering-Beck

Sanitätsgeschäft zum „roten Kreuz"
Zürich und Winterthur.

Hervorragendes Kräftigungsmittel

Somatose ist ein Albumosenpräparat und enthält die Nährstoffe des Fleisches (Eiweiss und Salze). Regt in hohem Maasse den Appetit an. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Nur echt wenn in Originalpackung.

Digitized by Google

Ein gewaltiger Fortschritt auf dem Gebiete der
MUND- und ZAHNPFLEGE

NEU! **TRYBOL** NEU!

DAS ALLER- BESTE
KRÄUTER-, MUND- & ZAHNWASSER.
SCHWEIZER-FABRIKAT.

Es desinfiziert und desodoriert ausgezeichnet und konserviert die Zähne.
Stark erfrischender langanhaltender Wohlgeschmack. — Zahlreiche Atteste erster ärztlicher Autoritäten. 53G
(Zag S. 300)
Flacon Fr. 1 50 lange Zeit ausreichend, ist in Apotheken, Droguerien u. bessern Parfumerien erhältlich.

Chamer Milch

Einzige Art Milch von unbegrenzter Haltbarkeit.

Vollkommenste Sterilisation.

Aerztlich empfohlene Kindernahrung.

Zuverlässiger Schutz gegen Kinder-Diarrhoe.

Bester und billigster Ersatz für frische Milch, auch zu Küchenzwecken. 96 G

in Apotheken, Droguerien, Delikatessen- u. Spezereihandlungen.

Kuranstalten Affoltern a/A.

Wir suchen auf künftigen 1. Mai einen patentierten Arzt als G63

Assistenzarzt

der in der physiatrischen Heilmethode nicht unerfahren ist. Auskunft (mündlich nur Samstags) erteilt unser Anstaltsarzt Herr Dekan J. J. Egli in Bonstetten und es sind auch die Anmeldungen bis Ende Januar an denselben zu richten. OF5787

Affoltern, Ende Dezember 1900.
Für die Verwaltung: **Winkler.**

Winter-Pantoffeln und Finken

mit Hanfsohlen, in all. Nummern zu reduzierten Preisen.

Thürvorlagen

von Leder u. Cocosseil.

Läufer

60—120 cm breit.

Wischer und Bürsten etc.

empfiehlt bestens G56

D. Denzler, Seiler,
Sonnenquai 12 und Schweizergasse 4
Zürich I.

Druckarbeiten

aller Art, Rechnungen, Briefköpfe, Cirkulare, Visit- und Geschäftskarten, Verlobungs-, Hochzeits-Briefe u. Karten, Trauer- und Danksagungsanzeigen etc. liefert in eleganter Ausführung rasch und billig die

Buchdruckerei Th. Schröter, Zürich.

POMRIL,

ein erfrischendes, alkoholfreies, gesundes Getränk für jedermann.

Pomril ist ein neues, vollkommen alkoholfreies, moussirendes Getränk.
Pomril ist reiner, hefe- und bakterienfreier Apfelsaft.
Pomril ist absolut frei von Alkohol, kann also nie berauschend wirken.
Pomril enthält Apfelsäure und ist deshalb sehr erfrischend.
Pomril enthält Kohlensäure, ist daher moussirend, wird jedoch für Magen- und Darmleidende auch ohne Kohlensäure hergestellt
Pomril ist glanzhell, und, wenn liegend aufbewahrt, garantiert jahrelang haltbar.
Pomril ist unempfindlich gegen Temperaturdifferenzen.
Pomril ist frei von antiseptischen Mitteln und schädlichen Metallen (z. B. Zinn).
Pomril ist ein Getränk für jedermann, besonders für solche Personen, welche aus dem einen oder anderen Grunde keine alkoholhaltigen Getränke nehmen dürfen.
Pomril ist das beste Getränk für Frauen und Kinder.
Pomril ist das rationellste Getränk für Velozipedisten.
Pomril ist in allen Kaffeestuben und bessern Hôtels und Restaurants zu haben.
Pomril ist der billigste sterilisirte Fruchtsaft.

Jede Flasche Pomril enthält den Extract von 1½ Pfund Aepfel.

Man erteile Probeaufträge an die 1950

POMRIL LIMITED Zürich
oder deren Dépôts.

Digitized by Google

Druck von Th. Schröter, Zürich, Seidengasse 7.

Digitized by Google

Digitized by Google